

İbadetin Getirdikleri

safvet senih

İBADETİN GETİRDİKLERİ

İbadetin Getirdikleri

safvet senih

İBADETİN GETİRDİKLERİ

Editör
Seyit ERKAL

Görsel Yönetmen
Engin ÇİFTÇİ

Kapak
İhsan DEMİRHAN

Mizanpaj
Mehmet SÜM

ISBN
975-8642-48-0

Yayın Numarası
131

Basım Yeri ve Yılı
Çağlayan Matbaası / İZMİR Tel: (0232) 252 20 96
Şubat 2006

Genel Dağıtım
Gökkuşağı Pazarlama ve Dağıtım
Alayköşkü Cad. No: 12 Cağaloğlu/İSTANBUL
Tel: (0212) 519 39 33 Faks: (0212) 519 39 01

Işık Yayınları
Emniyet Mahallesi Huzur Sokak No: 5
34676 Üsküdar/İSTANBUL
Tel: (0216) 318 42 88 Faks: (0216) 318 52 20
www.isikyayinlari.com

İÇİNDEKİLER

1.BÖLÜM

NAMAZ

2.BÖLÜM

ORUÇ

3.BÖLÜM

ZEKAT

4.BÖLÜM

HAC

1.BÖLÜM

NAMAZ

Namaz Beden Eğitimi midir?

Namazı sırf bir beden eğitimi hareketi gibi gören yanlış anlayışa cevap olarak, Mart 1976'da Hakses dergisinde çıkan, Hacettepe Hastanesi Acil Servis Şefi Op. Dr. Timuçin Altuğ'un bu mevzu ile alâkalı yazısından bazı pasajları veriyoruz. Beden eğitimi ile namaz arasında hemen görebildiğimiz beş fark var:

1. Beş vakit namazda 40 rekat ve 80 secde var, hergün kaç jimnastikçi bu kadar hareket yapar?

2. Namaz yavaş yavaş kılınır. Kalb yorulmaz.

3. Namaz günün beş ayrı vaktinde kılınır. Kaç jimnastikçi günde beş defa ayrı ayrı zamanlarda beden eğitimi hareketi yapar? Yolculuk yaparken bile namaz terk edilmez.

4. Namaz, ömrümüzün sonuna kadar farzdır. Ömrünün sonuna kadar kaç jimnastikçi beden eğitimi hareketlerini sürdürür?

5. Namaz kılmak için abdest almak şarttır. Bazı durumlarda boy abdesti de gerekir. Halbuki jimnastik yapmak için böyle bir mecburiyet yoktur.

Şimdi hekimi dinleyelim: "Sabah namazı 4 rekat, öğle 10, ikindi 8, akşam 5, yatsı 13 rekat." Hepsi 40 rekat. Her rekatta iki defa secdeye giden mü'min, günde seksen defa yatar kalkar. Hiçbir jimnastikçi günde seksen defa muntazam bu hareketi yapamaz. Bu jimnastikçiler o da yalnız sabahları olmak şartıyla günde yirmi veya otuz defa hareket ederler. Yaptıkları hareketler hızlı olduğundan ekseriya kalblerini yorarlar ve hareketlerden sonra yorgun düşerler. Bütün gün de hareket etmediklerinden vücutlarında kalori toplanmasının, yağlanmanın önüne geçemezler. Namazda ise hareketler yavaştır. Bu hareketler kalbi yormaz ve günün muhtelif saatlerinde olduğu için insanı devamlı dinç tutar. Yağlanmaya ve kalori depolanmasına mâni olur.

İnsan hayatında kanın yeri büyüktür. Kalb, kanı vücudun en ücra yerlerine kadar ulaştırmak üzere pompalar. Kalbin bu işi yapabilmesi için daimî olarak dinç olması gerekir. Bir de bu kan gönderme işinde kalbe yardımcı olunabilmesi için, şahsın birtakım hareketler yapması, bedenin dinç kalması için, o hücrelerin kan ile iyice sulanması veyahut kanlanması gerekmektedir. Nasıl bir bahçıvan sebzelerin iyice yetişmesi için bahçeyi her zaman sulaması gerekirse, dokulardaki kan dolaşımı yani hücrelerin iyice kanla sulanması, daha doğrusu hücrelerin iyi kanlanması gerekmektedir.

Bunu bir misalle daha iyi îzah edebiliriz: Namaz kılmayan, bütün gün bir sopa gibi gezinen bir insanın kalbinden başına doğru pompalanan kan ile, namaz kılan ve günde başını seksen defa yere koyan bir kimsenin başına gelecek kan miktarı muhakkak ki, aynı değildir. Namaz kılan ve başı 80 defa kanla pompalanan bir kimsenin saçlı derisi de 80 defa kanla yıkanıyor demektir. Beynin üzerindeki beyin zarları yani meninksler de (dura meter pia meter, arachnoidea) namaz kılan şahıslarda, kılmayanlara nazaran günde seksen defa daha fazla kanlanıyor demektir. Bu zarların üzerindeki dönüş deveranına ait sinuslarda-

ki kan da namaz kılanlarda 80 defa daha fazla olarak deverana iştirak ediyor demektir. Hafıza ve şahsiyet ile ilgili frontal lop yani beynin ön lobu, namaz kılanlarda namaz kılmayanlara nazaran 80 defa daha fazla kanlanıyor demektir. Hafıza ve şahsiyet bozukluklarına namaz kılanlarda çok daha az miktarda rastlanır. Bu insanlar daha uzun ömürlü olur ve "demans senil" dediğimiz bunamaya uğramazlar. "Demans Proces" denilen erken bunamanın cerrâhi tedavisinde bu "frontal lop" yani beynin ön kısmı kesilip çıkartılır. Bir insanın beyni günde seksen defa kanla yıkanırsa, o insan ne erken ve ne de geç bunamaya yakalanır. Onun için namaz kılan ve çok yaşayan ihtiyarlar bunamazlar. Çok yaşamadığı halde yataklara yapışıp kalan, küçük ve büyük abdestlerini tutamayanlar ve ekseriya bunama alâmetleri gösterenler, namaz kılmayan kimselerdir.[1]

Diğer taraftan insanın iradeli hareketlerini, yürüyüşünü temin eden merkezler, "parietal lop" dadır. Günde 80 defa secdeye gidildiği için, bu parietal loplar, 80 defa kanla iyice yıkanıyor demektir. Görme, işitme, duyma, koklama ve tatma merkezleri ociipital yani arka lopda olduğu için namaz kılanlarda kılmayanlara nazaran günde 80 defa fazla kanla besleniyor demektir.

Muvâzeneyi temin eden beyinciğin ve kafa çiftlerinin çıktığı beyin kökünün günde 80 defa kanlanması ve daha doğrusu beslenmesinin ne kadar kıymetli birşey olduğunu anlamak için doktor olmak gerekmez. Buna şöyle bir misâl da verebiliriz: Eczane raflarında senelerce duran bir ilâcın tesir tarzı ile aynı ilâcı 80 defa çalkaladığımız zaman o ilâcın yaptığı tesir tarzı ile aynı değildir. Hareket eden ve çalkalanan ilâç, mutlaka, daha iyi karışır, homojen olur ve mutlaka daha iyi tesir eder.

Yine namaz kılanların gözleri 80 defa yere eğildiklerinden daha kuvvetli kan deveranına mâlik olur. Göz içi tansiyonunda artma olmaz ve ön kameradaki sıvının devamlı değişmesi temin

1) İnsan ayakta iken beyne giden ve beyin için iyi bir besleyici olan glikoz miktarının % 25, rükû halinde % 40, secde halinde ise % 75 oranında olduğu da bilinmektedir. Ay'a giden astronotların feza aracında yatış vaziyetinde bulunmaları da dikkati çekmektedir.

edilmiş olur. Glokom ve buna benzer vahim göz hastalıklarının namaz kılanlarda daha az görülmesi bu yüzdendir. Kulakların yine iyi kanlanması, frontal, etmoidal, sfenoidal ve maxiller sinüslerin ifrazatlarını daha kolay boşaltmaları hep bu günde 80 defa secde eden insanlarda daha iyi olmakta ve sinüzitlerin meydana gelmesine büyük ölçüde mâni olmaktadır.

Yutağın ve dişlerin de namaz kılanlarda daha iyi kanlanması, bunlarda teşekkül edecek bir takım âfetlerin iyice azalmasına sebep olur. Yine boyundaki "Iymh ganglion"ların ve sinir uçlarının iyice kanlanması namaz kılanlarda mümkün olmaktadır. Göğüs kafesinde akciğerlerin "apex"lerinin yani tepelerinin iyice kanlanması, ekseriya hastalarda mümkün olmaz ve "tüberküloz kavern"leri ekseriya bu kısımlarda yerleşir. Namaz kılan ve günde 80 defa akciğerlerinin tepesini kanla iyice dolduran insanlarda bu "apex kavern"leri kılmayanlara göre muhakkak ki çok daha azdır. Namaz kılmadaki bu hareket "plevra"daki mâî'nin (sıvının) reabsorbsiyonuna (emme, izâle) sebep olacağı için bu yönden de faydalı bir durum meydana gelir. Namazın diyafragma altındaki organlara iyi tesirleri ise midedeki gıdaların iyi karışmasına, safra yollarındaki safranın kolay akmasına, safra kesesinde birikinti yapmaması, pankreastaki enzimlerin kolay boşalmasına yardımcı olacağı gibi, hergün yapılan fazla hareketle "omentum"daki yağları azalttığından ve namazdaki ritmik hareketlerle "bağırsak peristaltizm" ini artırdığından bağırsakların kolay boşalmasında ve kabızlık âfetinin giderilmesinde namazın büyük rolü olduğu açıktır. Namaz kılanlarda böbrek üstü bezlerinin ve böbreklerin de iyi çalıştığını söylemeyi fazladan sayarım. "Böbrek pelvisi"ndeki teressübatın birikmesine ve taş teşekkülüne de mâni olduğu ve namazda 80 defa yatıp kalkarak böbrek hüveyzâsının ve idrar yollarının iyice çalkalandığı da açıktır. Mesânenin boşalmasına da yardımcı olmaktadır.

Namaz kılan insanların gerek kalça, gerek diz ve gerekse ayak bileği ve kol omuzu, dirsek ve el bileği mafsalları (eklemleri) da devamlı işleyen bir makina gibi olduğundan mafsallarda teşekkül edecek bütün romatizmal hastalıklardan, dejeneratif hastalıklardan sâlim oldukları gün gibi apaçık ortadadır. Zaten bu hastalıklar İslâm dini ile yakından uzaktan bir alâkası olmayan hristiyanlarda ve namaz kılmayan insanlarda daha fazla görülürler. En son bahsettiğimiz bu mafsal hastalıklarından insanı koruması bile namazın en iyi taraflarından birini teşkil eder.[2]

İbadet-Namaz

a. Herkesin Peşine Bir Bekçi

İnsanlar, diğer bütün canlılardan çok seçkin ve müstesna olarak en güzel şekilde yaratılmışlardır. Bu sebeple giyim, kuşam ve yaşayışta insanlığa lâyık bir tarzı benimserler. Üstün yaratılışın bir neticesi olarak en seçkin şeyleri isterler, en güzel şeylere meylederler, ziynetli şeyleri arzu ederler; insanlığa uygun bir geçim ve şerefle yaşamak isterler. Fakat böyle bir yaşayış, tek başına mümkün değildir. Bu, hayvanlar için mümkün olabilir. Çünkü elbiseleri sırtlarındadır, zevkleri gelişmediği için yiyecek mevzuunda fazla birşeye ihtiyaçları yoktur. Estetik yönünden ve akılları olmadığı için meraklarını giderme bakımından, ilim, fen ve sanat açısından onları alâkadar eden hiç birşey yoktur. Halbuki insanın pekçok bilgiye, maharet ve sanata ihtiyacı vardır. Onun için insan, diğer insanlara muhtaçtır. Bu bakımdan insan yaratılıştan medenîdir. Yani toplu halde yaşamak mecburiyetindedir. Böylece herkes kendi halinde ihtiyaçlarını insanlığa lâyık şekilde elde etmiş olurlar. Elde ettikleri kazançlarla karşılıklı mübadele (değiştirme) usûlü ile birbirlerinin yaptıklarından faydalanırlar.

2) Mart/1976, Hakses, Op. Dr. Timuçin Altuğ, Hacettepe hastanesi Acil Servis Şefi.

Fakat öbür taraftan insanların şehvet, gazab ve akıl kuvveleri bir değildir. Çok kuvvetli, çok zayıf, çok sinsi, çok kurnaz, anlayışı az, safdil vs... çeşit çeşit insan cemiyette karışık halde vardır. Böyle olunca da çok haksızlıklar olabilir. Bu zulüm ve tecavüzleri önleyebilmek için adalete ihtiyaç vardır. Bunun da kanun şeklinde olması gerekir.

Kanunlar ne kadar mükemmel olursa olsun, eğer tatbik edilmezlerse hiçbir değeri yoktur. Halbuki çoğu zaman, hırslar, menfaatler, kinler ve intikam duyguları insanları hadden tecavüze, kanunları çiğnemeye sürükleyebilir. Hiç kimsenin görmediği yerlerde, kanunların yakalarına yapışamayacağı, delillerin örtbas edilebileceği durumlarda da insanları kötülüklerden koruyacak bir kontrol sistemine ihtiyacımız vardır. Herkesin peşine bir polis takamayacağımıza göre, Allah'ın büyüklüğünü ve bir gün mutlaka yaptıklarımızdan hesaba çekeceğini, iyiliklere mükâfat, kötülüklere ceza vereceğini kalb ve kafalara yerleştirmek mecburiyetindeyiz. Bu ise imanî hükümlerin (Allah ve ahiret inancının) takviye ve inkişaf ettirilmesiyle mümkün olur. Bu da, ancak günde beş defa yenilenip tekrarlanan ibadet ile olur. Çünkü imanî hükümleri kuvvetlendirip sabit bir alışkanlık haline getiren ancak ibadettir. Evet Allah'ın emirlerini yapmaktan, yasaklarından sakınmaktan ibaret olan ibadetle vicdanî ve aklî olan imanî hükümler terbiye ve takviye edilmezse iz ve tesirleri zayıf kalır. Bu hâle, İslâm âleminin şu andaki vaziyeti şâhittir.

b. Hikmetin Sırrı

İbadet, fikirleri Allah'a çevirmek içindir. Kulun Allah'a yönelişi, O'na itaatını netice verir. Allah'a itaat ve hikmetli olan kanunlarına boyun eğmek ise, insanı en mükemmel bir intizam altına alır. İnsanın nizam ve intizam altına girmesiyle, kâinattaki hikmetin sırrı tahakkuk eder. Çünkü kâinatta herşey; "Semavat ve Arz'ın orduları Allah'ındır" (Fetih, 4) âyetinin ve küçük bü-

yük herşeyin Allah'ı övdüğünü ifade eden (İsrâ, 44) âyetinin bildirdiğine göre Allah'ın hikmetli emirlerine ve kanunlarına itaat edip boyun eğdiklerinden dolayı, kâinat sayfalarında sanat nakışları halinde bu güzellik ve âhengi meydana getirmişlerdir. Bu cansız varlıklar, Allah'ın kendi içlerinde yarattığı meknûz güzellikleri, gizli kabiliyetleri ve sanat sırlarını gene Allah'a itaatla ortaya koyuyorlar. Allah'ın plânına uymasalar, bu güzellikler meydana gelemezdi. İşte insanlarda da Allah'ın hikmetinin binlerce sırları meknûzdur. Bu gizli kabiliyet ve sırlar, ancak Allah'a itaatle, bir çekirdeğin gelişip meyve vermesi gibi sümbüllenirler. Ve Cenâb-ı Hakk, insanı, kâinat kitabını içine alan bir nüsha ve on sekiz bin âlemin bir fihristi olarak yaratmıştır. Ve güzel isimlerinden (Esma-i Hüsnâ) herbirisinin tecellî yeri olan herbir âlemden bir örnek, bir numûne, insanın cevherine emanet bırakılmıştır. Eğer insan, maddî ve manevî herbir organ ve duygusunu Allah'ın emrettiği yere sarfetmekle ibadet ve itaat ederse insanın cevherinde emanet bırakılan o numûne ve örneklerin herbirisi, kendi âlemine bir pencere olur. İnsan o pencereden, o âleme bakar. Ve o âleme tecellî eden ilâhî sıfat ve o âlemde görünen ilâhî isme insan bir ayna olur. O vakit insan; ruhu ve cismi ile gayb ve şehadet yani gizli, görünmeyen âlem ile gözümüzle müşahede ettiğimiz şu âlemin bir hulâsası olur. Böylece her iki âleme tecellî eden isim ve sıfatlar insana da tecellî ederler. İşte bu yönü ile insan Allah'ın kemâl sıfatlarına hem mazhar olur, hem de o sıfatları muzhir (izhar edici, gösterici) olur. Onun için Muhyiddin İbn-i Arabî "Ben gizli bir hazine idim. Ben'i tanısınlar diye mahlukâtı yarattım" meâlindeki kudsî hadîsin izahında: "Mahlukâtı yarattım ki, Bana bir ayna olsun ve aynadan cemâlimi göreyim" demiştir.

c. Santral Gibi

İnsan, santral gibi, yaratılışın bütün ölçülerine, fıtratın kanunlarına ve kâinattaki İlâhî prensiplerin şuâlarına bir merkez-

dir. Buna göre, insanın o ölçü, o kanun ve prensiplere uyması lâzımdır ki, umumî cereyanı temin etsin. Hem de âlemin tabakalarında dönen dolapların hareketlerine aykırı ve ters bir yol tutarak o dolapların çarkları altında ezilmesin. Bu da, ancak emirlere uyup nehiylerden sakınmaktan ibaret olan ibadetle mümkün olur. Çünkü kâinattaki âhenk, ilâhî plâna itaattan doğar. İlâhî güzel isimlerin tanzim ettiği müstesna güzellik, kâinatta zerreden seyyarelere kadar herşeyin, ilâhî güzel isimlerin tecellilerine ma'kes olmasından ileri gelmektedir. İnsan da bütün Esma-i Hüsnâ'nın tecellîleri ve feyizleri içlerine yayılan İlâhî hükümlere itaat, yani ibadet ederse insandaki bütün sırlar inkişâf eder, bütün kabiliyetler gelişip yüceleşir. Yoksa, dönen dolapların, çalışan makinaların çarklarına uygun ve dikkatli hareket etmediğinden elini kolunu kaptıran gafiller gibi insanların da maddî ve manevî duyguları ibadetsizlik ve isyan yüzünden budanır gider. Çünkü kâinatta âhenk ve düzen itaat üzerine kurulmuştur.

d. Nice Hizmetler

Allah'ın emirlerine sarılıp, yasaklardan kaçınmak sayesinde, bir insan, toplum hayatında çok mertebelerle münasebet peyda eder ve alâkadar olur. Bilhassa dinî hükümler ve umumî maslahatlar (faydalar) hususunda, bir fert bir nevî hükmüne geçer. Yani Allah'ın emri olduğu için onları yerine getirmek ibadet yapmak mânâsına geldiğinden dolayı, pek çok vazifeleri, ıslahları, talimleri, irşadları bir Müslüman yapacak, pek çok hukukları ve haysiyetleri yüklenecektir. Eğer o emirleri yerine getiren ve nehiylerden sakınan o şahıs olmasa; o vazifeler tamamen ayak altında kalır.

e. Kardeşlik ve Yükselme

İnsan, İslâmiyet sayesinde, ibadet vasıtasıyla bütün müslümanlara karşı sâbit bir münasebet peyda eder, kuvvetli bir bağ-

lılık elde eder. Çünkü bir adamla beraber bir taburda bulunmakla, o adama karşı dostça bir râbıta hissedilir; bir komutanın emri altında bulunmakla arkadaşça bir alâka duyulur; bir memlekette beraber bulunmakla kardeşçe bir münasebet hissedilir. İşte ibadetle de yani aynı Mâbud'a, aynı Peygamber'in ümmeti olarak, aynı dinin mensubu bulunarak ve tek istikamet Kıble'ye yönelerek toplu halde kulluk yapmakla bütün müslümanlara karşı çok kuvvetli bir bağlılık duyulur, pek şiddetli bir kardeşlik hissedilir. Çünkü saydığımız bu dinî bağlar, değil insanları, kâinat ve küreleri bile birbirine bağlayacak manevi zincirler gibidir. Bu irtibat ve kardeşlik ise, sağlam bir muhabbetin doğmasına sebep olur. Zaten toplum hayatının gelişip olgunlaşması için atılan ilk adım, kardeşlik ile muhabbet hissini canlandırmaktadır.

f. İbadet Şahsî Olgunluğa Sebeptir

İnsan, cismen küçük, zayıf ve âciz olmakla beraber, hayvanlardan sayıldığı halde, pek yüksek bir ruhu taşıyor, pek büyük bir kabiliyete mâliktir, sınırlandırılamayacak derecede meyilleri vardır, sonsuz emel ve arzular sahibidir, sayılamayacak kadar çok fikirleri vardır, hudutsuz şehevî ve gazabî hisleri vardır ve öyle acâip bir yaratılışı vardır ki, sanki bütün nevilere ve âlemlere fihrist olarak yaratılmıştır. İşte böyle bir insanın o yüksek ruhuna genişlik veren ibadettir; kabiliyetlerini inkişaf ettiren ibadettir; meyil ve arzularını kötü olanlarından ayırıp seçen, tertemiz tutan ibadettir; emel ve isteklerini gerçekleştiren ibadettir; fikirlerini genişletip intizam altına alan ibadettir; şehevî ve gazabî duygularını had altına alıp taşkınlık ve kötülüklerden koruyan ibadettir; zâhirî (dış) ve bâtınî (iç) duygu ve organlarını kirleten tabiat paslarını giderip temizleyen ibadettir; insanı takdir edilen kemâl ve olgunluğun zirvesine yükselten ibadettir; kul ile Allah arasında en yüksek ve güzel alâka ve bağ ancak ibadettir.

İnancın Fert ve Cemiyet Üzerindeki Tesirleri

İnanç ile insan yapısı arasında çok derin bir alâka vardır. Dr. Henry Link, "Dine Dönüş" kitabında, ABD'de Psikoloji Araştırmaları Daire Şefi olarak 15.321 kadın ve erkek üzerinde yaptığı incelemede ve 73.226 psikoloji testinin tatbik neticesini şöyle değerlendiriyor: "Bir dine inanan ve mâbedlere devam eden kimselerde şahsiyet ve karakter, dine karşı lâkayd olan ve mâbede gitmeyenlerden daha sağlam ve üstündür."

Dale Carnegie, "Üzüntüyü Bırak Yaşamaya Bak" isimli kitabında, üzüntüyü önleme çarelerinden biri olarak şunları yazmaktadır: "Bugün, yarım saatlik dinlenme zamanı ayıracağım. Bu dinlenme sırasında Allah'ı düşüneceğim."

Harward Üniversitesinde Felsefe Profesörü William James: "Üzüntüyü tedavi eden en kuvvetli ilâç, dini inançtır" der.

Dr. A. A. Brill, gerçekten dindar olan kimsenin ruh hastalığına yakalanmasının mümkün olmadığını söyler.

Psikoloji uzmanları duâ ve kuvvetli inancın; üzüntü, sıkıntı ve korkuyu önlediğini tespit etmişlerdir. Bu üçü de (üzüntü, sıkıntı ve korku) hastalıklarımızın hemen yarısını doğuran sebeplerdir. Psikiyatristlerin en meşhurlarından biri olan Dr. Carl Jung, "Modern Man in Search of Soul" isimli kitabında şunları yazıyor: "Son otuz sene içinde dünyanın her tarafından hastalar bana müracaat ettiler. Yüzlercesini tedavi ettim. Otuzbeş yaşını geçmiş olanların hasta olmalarının asıl sebebi, dinî inançlarını kaybetmeleri idi. Bunlar hayata din açısından bakmıyorlar, dindar arkadaşları gibi davranmıyorlardı. Dinî inançlarına yeniden kavuşmadan da tamamen iyileşmiyorlardı."

Budha'dan sonra Hindlilerin en büyük lideri olan Mahatma Gandhi: "Duaların yardımı olmasaydı, kısa zamanda çıldırırdım" diyor.

Nobel mükâfatı kazanan Dr. Alexis Carrel "Readers Digest" dergisine yazdığı bir yazıda, "Bir kişinin yapabileceği en kuvvet-

li iş duadır. Dua, dünyanın çekim kuvveti gibi gerçek bir kudrettir. Hiç bir tedavinin fayda vermediği vak'alarda, insanların sadece dua gücü ile hastalıklardan ve melankoliden kurtulduklarını gördüm" diyor.

Psikiyatristler, sinirlerimiz gergin, ruhumuz ıstırap içinde olduğu anlarda, birisine derdimizi söyleyerek boşalmanın, ilâç yerine geçtiğini söylüyorlar. Kimseye söyleyemeyeceğimiz dertleri bile herşeyi duyan ve herşeye gücü yeten Allah'a söyleyebilir, sırlarımızı sadece O'na açabilir ve yalnız O'ndan imdad bekleyebiliriz.

Jacgues Chevalier, "Pascal" adlı eserinde, Pascal'ın "Allah'tan uzaklaşan, O'nu aramayan insan, ne kendisinde, ne de kendi dışında hakikati ve saadeti bulamaz" dediğini yazıyor.

İnancın, âile bağlarını kuvvetlendirmedeki rolü de çok büyüktür. J. Dominian, "Boşanma" isimli kitabında: "Dinî törenle yapılan evliliklerin diğerlerine göre daha az boşanma ile neticelendiğini" söylemektedir. Aynı eserde inançsızlarda boşanmanın son derece yüksek olduğu istatistiklerle gösteriliyor.

İnanç zayıflığının intiharlardaki büyük tesirini görmek mümkündür. Maddî refahın herşeyi hallettiğini iddia edenler istatistikleri dikkatlice incelediklerinde yanıldıklarını anlayacaklardır. Meselâ ABD'de her sene 100 doktor intihar ediyor. Dünya Sağlık Teşkilatı ve Birleşmiş Milletler neşriyatına göre Japonya'da 1955'de 22.477 intihar vak'ası var. 1978 istatistiğine göre İsveç'te 20 bin intihar var. Herşeyi maddeye bağlayan, ekonomiyi "alt yapı" kabul edenlerin burada düşünmesi icap etmektedir. Çünkü bu devletlerde sosyo-ekonomik durum çok iyidir. Tahsil ve kültür seviyeleri de yüksektir.

Freud ve Adler'in iddialarının yanlışlığı da ortadadır. Çünkü refah seviyesinin bu ülkelerde yüksek oluşu yanında, cinsiyet mevzuundaki serbestlik de meydandadır. Öyleyse intiharlar niye?

Halbuki refah seviyesi düşük olmasına rağmen onlara göre muhafazakar olan Mısır'da intihar nisbeti 10 milyonda beştir. Japonya'da ise 10 binde beştir. 1962'de Mısır'da 14 intihar vak'ası var. Türkiye'de resmî istatistiklere göre şöyle: 1962'de 100.000'de 0,6 ile intihar sayısı 197'dir.

Görüldüğü üzere maddî problemlerini halletmiş ülkelerin bu durumları mutlu olmaları için yeterli olamamaktadır.

Dinden uzaklaşarak kurtlaşmış ağaç hükmüne gelip yıkılmaya hazırlanan medeniyetin işte durumu:

Amerikada mühim suçlarda artış 1960-1970 arasında % 144 artmıştır.

1955-1965'te mülkiyete karşı işlenen suçlar Fransa, İngiltere, İtalya ve Norveç'te % 100 öbür taraftan ABD'de % 200'den fazla artmıştır.[3]

Her 1000 kişi başına ağır suçlu sayısı İsveç'te 78,5; Danimarka'da 64,5; B. Almanya'da 44,2; ABD'de 41,2, Fransa'da 34.6'dır. Fransa'da 1974'te 1.827.373 suç işlenmiş. Hırsızlık, dolandırıcılık, sahte para sürme 1973'de % 6,57 artış göstermişken, 1974'de % 12,07 artmıştır. Hırsızlık için 1972'de günde 2700 hırsızlık olurken 1973'de bu 3081 olmuştur.

Geruva Mendel "La revaite Contre Le Pere" isimli kitabında: "Babaya isyan, bütün hâmi ve otoritelere karşı, revendication (intikam) haline gelir" diyor. İslâmiyet ise anne ve babaya; "Of!" bile denmemesini emretmiştir. "Rabbin kesin olarak şunları emretti: Ancak kendisine ibadet edin, anaya babaya güzellikle muamele edin, eğer onlardan biri veya ikisi senin yanında ihtiyarlık haline ulaşırlarsa, sakın onlara "Of!" bile deme. Ve onları azarlama. İkisine de iyi ve yumuşak söz söyle. İkisine de acıyarak tevazu kanadını indir ve şöyle de: 'Ey Rabbim! Onlar, beni küçükken terbiye edip yetiştirdikleri gibi, sen de kendilerine merhamet et!" (İsra, 23-24).

---

3) Gelişim, İman ve Toplum, s. 290.

Kötü alışkanlıkları bıraktırmada dinin tesiri apaçık görülmektedir. ABD'de içki yasağı konulduğu senelerde sadece 1930-1933 yılları arasında devlet iki milyon dolar harcamış, 9 milyar sayfa tutarında propaganda eseri yayınlanmış, 500 bin kişi hapse atılmış, 200 kişi öldürülmüş, bütün bunlara rağmen içki kaldırılamamış ve insanlar ondan vazgeçirilememiştir.

Psikanalizle de, şimdiye kadar içkiyi bıraktırma mevzuunda pek randıman alınamamıştır. Bugün psikiyatride profesörler içki bıraktırma çalışmaları yapmaktadırlar. Fakat taburcu olan alkolik iki ay sonra tekrar alkol almaya başlar. Halbuki 1400 sene önce Hz. Muhammed Aleyhisselam, kuvvetli bir imanla yetiştirdiği müslüman cemaat içinde kendisine inen âyetlerle üç devrede içkiyi kökten kaldırmıştır. Bunun gibi yüzlerce alışkanlık gayet rahatlıkla kısa zamanda halledilmiştir.

Amerika'da (New York'ta) içki aleyhtarları tarafından bizim Yeşilay Cemiyeti gibi bir teşekkül kuruluyor. Bu teşekkül dünyada içkinin ilk önce kimin tarafından yasak edildiğini tetkik edip araştırıyor. Bakıyorlar ki, ilk yasak İslâm dininin kurucusu Hz. Muhammed (s.a.s.) tarafından yapılmıştır. Bunun hatırasını yâd etmek üzere bir eser vücuda getirelim deniliyor. Cemiyet mensuplarından bazıları "Dünyada Hz. Muhammed kadar vücudundaki tüylerine varıncaya kadar bütün vasıfları ile tespit edilmiş bir insan daha yoktur. O halde hatırasını yâd etmek üzere Hz. Muhammed'in heykelini yapalım" diyorlar. Yine cemiyet mensuplarından bazıları bu teklife itiraz ederek "O'nun getirdiği din öyle bir dindir ki, umumun menfaatına hasredilmeyen hiçbir esere eser demez, para da harcatılmaz." Bu teklif hakikata ve İslâm dininin esaslarına daha uygun olduğundan, cemiyet tarafından bir çeşme yaptırılması ve adına da "Muhammed'in Çeşmesi" denilmesi teklifi kabul ediliyor. Bugün bu çeşme New York'ta yapılmış durumdadır. Cemiyetin fahri reisliğine de Melik ibni Suud'u seçmişlerdir.[4]

---

4) Tıbbî Tetkikler, Dr. M. Hulusi Baykal, Konya.

Bugün insanlık dinden uzaklaşmanın verdiği buhran içindedir. Çünkü din (kasdımız İslâmiyet'tir, diğerleri tahrif olunduğu için bazı eksik yönleri vardır) beş esasın muhafazasını emreder:

1. Sıhhatin muhafazası, 2. Aklın muhafazası, 3. Malın muhafazası, 4. Irz ve namusun muhafazası (neslin muhafazası), 5. Dinin muhafazası...

Evet dinden uzaklaşan insanlar, alkol, esrar ve morfin gibi şeylere sarılmışlardır.

Prof. Ayhan Songar "Haşhaş Meselesi ve Türkiye" isimli kitabında, ABD'de aktif eroin müptelaları hakkında şöyle bir istatistik veriyor:

1971'de	600.000 aktif eroin müptelası
1973'de	612.478 aktif eroin müptelası
1974'de	650.000 aktif eroin müptelası.

Kliniklere başvuran eroinman sayısı 5-6 milyon, tabiî veya sentetik uyuşturucu madde alan 55 milyon kişidir. ABD halkının dünya nimetleri bakımından hiçbir şeyleri eksik olmadığı halde bu hangi sıkıntının neticesidir.

Bu alışkanlıklar âile hayatına da tesir etmektedir. İşte medenî milletlerin tablosu "Demographi Year Book 1974 United Nations P. 125" de dünya boşanma nisbetleri şöyledir:

Ülke	Evlenme	Boşanma
Danimarka	6.11	2,5
İsveç	5,5	3,1
İngiltere	8,1	2,0
ABD	10,5	4,6
Rusya	10,1	2,7
Almanya	6,1	1,4

Amerikada boşanma ve evlenmenin yıllara göre durumu:

Yıllar	Boşanma	Evlenme
1870	1	33,7
1915	1	10,12
1940	1	6
1958	1	3,3

Dr. Sarroks'in hesaplarına göre evli Amerikan kadınlarından % 40'ı ayrı yaşamaktadır. Bu durum her yıl devlet bütçesine 250 milyon dolar masraf yüklemektir.

Dinin üzerinde durduğu bir mesele de nikâhtır. Belsoğukluğu ve frengi hastalıkları nikâhsızlığın doğurduğu feci birer illettir. Britannica Ansiklopedisi'ne göre, dinî yaşayıştan uzaklaşan ABD'de resmi hastane ve dispanserlerin bir sene içinde, muayene ve tedâvi ettiği frengililerin sayısı 200 binin üstündedir. Belsoğukluğu ise 160 bindir. ABD'de bu işle uğraşan çok büyük 65 hastane vardır.

ABD'de irsî frengiden senede yaklaşık olarak 30-40 bin çocuk ölmektedir. Mütehassısların beyanına göre Amerikalıların % 61'i belsoğukluğu geçirmiştir. Hastalık hem evli, hem bekârlarda rastlanır. Nisâiyecilerin verdiği bilgiye göre evli kadınların arasında cinsiyet organlarından ameliyat geçirenlerin % 7'si, belsoğukluğu neticesinde meydana gelen tahribat sebebiyledir.[5]

Frenginin yapamayacağı araz yoktur: Beyinde paralizi jeneral, mide sy, barsak sy, kemik sy, aort anevrizması vs...

Birinci Dünya Savaşı'nın ilk iki yılında zührevi hastalığa yakalanıp safdışı olan Fansız askeri 75 bindi. Sadece küçük bir birlikte 242 kişi bu hastalığa yakalanmıştır.

Bugün İsveç polisinin 15 yaş civarı çocuklarda şiddetli sarhoşluk halinde yakaladığı çocuk sayısı 15 yıldan beri üç kat art-

5) Laws of Sex. Sayfa 204.

mıştır. İsveçte büluğ çağına giren gençlerin % 50'si akli dengesizlikten muzdariptir.

Son zamanlarda ABD'de resmi ağızlar her 7 gençten 6'sının ahlâki çözülmeden dolayı askerliğe elverişli olmadığını ilan etmişlerdir.

Dinin titizlikle üzerinde durduğu namus, hâyâ ve edeb mevzuuna gereği gibi değer vermeyenler hiç olmazsa 20. asrın büyük mütefekkiri Dr. Alexis Carrel'in şu sözlerine kulak versinler: "Zekânın bütün gücü ile tezâhür edebilmesi için, hem iyi gelişmiş cinsiyet guddelerinin mevcut olması hem de cinsi iştihanın geçici olarak baskı altında kalması gerekmektedir."

Gençlerimiz şu tavsiyelere de çok iyi kulak vermeliler:

"Gençlik hiç şüphe yok ki gidecek. Yaz, güz'e ve kışa yer vermesi, gündüz akşama ve geceye değişmesi katiyetinde, gençlik dahi ihtiyarlığa ve ölüme değişecek. Eğer o fâni ve geçici gençliğini iffet ve namusla iyi yolda hayırlı işlere istikamet dairesinde sarfetse, onunla ebedî, bâkî bir gençliği kazanacağını başta Kur'ân-ı Kerim olarak bütün semavî fermanlar müjde veriyorlar. Eğer kötülük ve ahlâksızlığa sarfetse, nasıl ki bir dakika hiddet yüzünden bir katl, milyonlar dakika hapis cezası çektirir. Öyle de; gayr-ı meşru dairedeki gençlik keyifleri ve lezzetleri, âhiret mesuliyetinden, kabir azabından, günahlardan ve dünyevî cezalardan başka, aynı lezzet içinde o lezzetten ziyâde elemler, acılar ve ızdıraplar çektirir. Aklı başında her genç tecrübe ile bunu tasdik eder. Meselâ: Haram sevmekte, bir kıskançlık elemi, ayrılık acısı ve mukabele görmemek ızdırabı gibi çok ârızalar ile o cüz'î lezzet, zehirli bir bal hükmüne geçer. Ve gençliğin kötüye kullanılması ile gelen hastalıkla hastahanelere, taşkınlıkları ile hapishanelere, kalp ve ruhun gıdasızlık ve vazifesizliğinden (iman ve ibadet yokluğu veya zayıflığı yüzünden) doğan sıkıntılarla meyhanelere, sefalet ve sefahathanelere veya mezaristanla-

ra düşeceklerini bilmek istersen; git, hastahanelerden, hapishanelerden, meyhanelerden ve kabristandan sor.”

ABD’de her gün artan boşanma ve aile ocağının terki ile 45 milyon Amerikan çocuğundan 12 milyonu (% 25) anne ve babadan mahrum kalmaktadır. Bu başıboşlar takımı, zamanla serseri ve aylaklar olarak cemiyetin başına birer belâ kesileceklerdir. Gayr-ı meşru çocuklar ise, ruhî dengesizliğe hazırdırlar.

İngiltere’de günde 16, yılda 6.000’e yakın intihar olayı görülür. ABD’de intihar edenlerin sayısı yaklaşık olarak yılda 20.000 olup bu durum ABD’de her yirmi dakikada bir-iki kişi eder. Kesinlikle bütün intihar vak’alarının resmi makamlara bildirilmediğini hemen ilave edelim. Bazı kimseler, gerçek sayılara ulaşmak için, verilen sayıların % 30 nisbetinde çoğaltılması gerektiğini söylerler.

Son 60 yıl içinde İngiltere’de intihar eden erkeklerin sayıları yavaş yavaş % 31’e yükselmiştir. Kadın intihar nisbetlerinde de çok hızlı bir artış görülür. Nisbet : % 171’dir.

Her İngiliz âile doktorunun listesinde intihara teşebbüs edecek 10 veya 20 kişi vardır. Los Angeles İntiharı Önleme Merkezinin müdürlerinden Dr. Normen L. Farberow “Doktorlar, intiharı önlemede en mühim kişilerdir. Çünkü intihara teşebbüs edenlerin % 50’si hayatlarının son aylarında bir doktora giderler” der.[6] Halbuki, her elli doktordan biri İngiltere’de intihar ederken, ABD’de her senede 100 doktor intihar ediyor...

Obsener dergisinde Michael Frayn, İsviçrelilerin, en yüksek boşanma, alkolizm, suç işleme, çocuk düşürme, trafik kazası, evlilik dışı münasebet, intihar ve günah oranlarına sahip oldukları görüşünün yaygınlığından söz etmektedir.

Dünya Sağlık Teşkilâtı’nın 1961 istatistiklerine göre, İsveç’te 100.000 kişide 16.9 intihar görülür. İsviçre’de 18.2, Almanya’da

6) İnsan yapısı ve Hayatı, Anthony Smith.

18.7, B. Berlin'de 37, Japonya'da 19.6, Finlandiya'da 20.6, Avusturya'da 21.9 .

Yaşlı kişilerin çoğunlukta olduğu bütün şehirlerde inanç ve ibadetsizlik yüzünden intihar nisbetlerinin fazlalaştığı görülür. Öğrenciler arasında intihar, ne yazık ki çok yaygındır. Cambridge Üniversitesi'nde yapılan son bir araştırma, bu üniversitenin öğrencileri arasında 103 ölüm vak'asının görüldüğü ortaya konmuştur. Bunlardan 44'ü kaza, 27'si hastalık, 32'si intihar neticesidir. 1951'de Oxford Üniversitesi'nde öğrenci intiharları oranının, Üniversite dışındaki aynı yaşta bulunan gençlerin intihar oranlarından onbir defa yüksek olduğu tesbit edilmiştir.

ABD'de;

15-19 yaş grubunda intihar 100.000'de 3,9 dur.

20-24 yaş grubunda intihar 100.000'de 7,8'dir.

75-84 yaş grubunda intihar 100.000'de 27.9'dur.

Herşeyin maddeye bağlandığı, âhiret düşüncesinin, helâl-haram anlayışının, anne-baba hakkının unutulup sebeb-i hayatımız olan şefkat madenlerinin huzurevlerine sürüldüğü bir medeniyette işte durum budur.

Din ve fazileti medeniyet düsturu yapmadıkları için sefahete müsaade edilmiş ve nefsin her türlü şehevî duygularına imkân hazırlanmıştır. Bu durum da insanı insanlıktan çıkarmış. Suretâ insan, fakat siretâ (ahlâk bakımından) dört ayağı ile emekleyen seviyesine düşürmüştür.

Ayrıca şehvetlere düşkünlük ve diyanetsizliğin neticesi meydana gelen merhametsizlikten müthiş bir eşitsizlik doğmuştur. Evet şu diyanetsizlik Avrupa medeniyetinin iç yüzünü öyle karıştırmıştır ki, pek çok fesat ve ihtilâl fırkalarını ortaya çıkarmıştır.

Evet insana verilen hislerin, kabiliyetlerin, Yaradanın gösterdiği yolda kullanılmayışı neticesi insanlık bir herc ü merc ile kar-

şı karşıya kaldı. Haksızlıklar tepe tepe yığılıp altında kalan mazlumlar mengenede sıkılanlar gibi ezilirken kanlarından, terlerinden umranlar kurulmak istendi. Merhametsizlik katı bir maddeciliğe döndü. Ruhun, vicdanın teneffüs ettiği maneviyat âlemini, silme-inkâr ve materyalizmin çok katı kalıpları içine insanın sonsuza uzanan ve bir tül gibi titreyen bütün hissiyatını, çok hassas, ince, nâzik duygularını dondurup hapsetme, insanları birkaç asırdır tahammülsüz acılarla kıvrandırdı. Ve öyle bir medeniyete insanları köle etti ki, onun çarkları insanlığı eriten, tüketen bir sistemi çevirmekte ve kurduğu dolap semavî bir belâ, bir musîbet gibi başlarda dönmekte...

Buna karşı inancımızın gösterdiği medeniyetin temelinde: "Benim yanımda en kuvvetliniz zâlimden hakkını alamayan mazlum; en zayıfınız da mazluma hakkını vermeyen zâlimdir" diyen Nebî Halefi'nin hak düsturu vardır. Hayat düsturu: "İyilik ve takva üzerine yardımlaşın. Günah ve düşmanlık üzerine yardımlaşmayın" kudsî prensiptir. "Kendisi tok iken, komşusu aç olarak sabahlayan bu medeniyete mensup değildir. Ve buna göre: Bir mahallede bir kişi açlık sebebiyle ölse, oradaki sâkinlerin hepsi katiller olarak ilâhî divanda hesap vereceklerdir."

Namaz Vakitlerinin Hikmeti

"O halde akşama, yatsıya girdiğiniz vakit, sabaha erdiğiniz vakit, Allah'ı tesbih edin. Göklerde ve yerde hamd O'nundur. İkindi vaktinde de öğleye girdiğiniz vakitte de Allah'ı tesbih edin" (Rum,17-18).

a. Niçin Namaz Bu Beş Vakitte Kılınmaktadır?

Bu beş vakitten herbir namaz vakti, mühim bir inkılap başı olduğu gibi, büyük ve İlâhî bir tasarrufun aynası ve o tasarruf içinde İlâhî, küllî ihsanların aksettiği birer zaman olduklarından Allahü Teâlâ'ya o vakitlerde daha ziyade tesbihe tâzime ve şükre

emredilmiştir. Bu üç esas da namazın aslıdır. Tesbih ile yani "Sübhanallah" diyerek Allah'ın Celâlini düşünüp O'nu noksan sıfatlardan tenzih etmek, uzak tutmak, O'nu her kusur ve eksiklikten mukaddes olduğunu ilân etmektir. Tâzîm ile yani "Allahü Ekber" diyerek Allah'ın Kemâl sıfatlarını ilân ederek her türlü şeytanî şüphe ve vesvesenin kökünü kurutmak, kalb ve zihinde sadece O'nun büyüklüğüne yer vererek şirk kokusu bulunan hiçbir şeye varlık hakkı tanımamaktır. Şükür ile yani "Elhamdülillah" diyerek Allah'ın Cemâlini düşünüp bütün nimetlerine bilhassa hadsiz nimetlerinin iki vakit ortasında toplanmış yekûnüne karşı hamdetmektir. Demek tesbih (Sübhanallah, demek), Tekbir (Allahü Ekber, demek) ve Hamd (Elhamdülillah, demek) namazın çekirdekleri hükmündedir. Ondandır ki, namazın bütün hareket ve zikirlerinin her tarafında bu üç şey yani tesbih, hamd ve tekbir bulunuyor. Hem bu sebepten namazdan sonraki tesbihatta, namazın mânâsını takviye için şu mübarek kelimeler (Sübhanallah, Elhamdülillah, Allahü Ekber) otuzüç defa tekrar edilir. Namazın mânâsı, bu kısa ve güzel hülâsalarla kuvvetlendirilir.

b. İbadetin Mânâsı Nedir?

İbadetin mânâsı, Allah'ın huzurunda kulun kendi kusurunu, âcizliğini ve fakirliğini görüp Allah'ın İlâhî Rububiyet'i, Kudret'i ve Rahmet'i önünde hayret ve muhabbetle secde etmesidir. Yani herşeyi maddî ve manevî yönden terbiye edip kemale ulaştıran Rabbülâlemin olan Allah'ın hâkimiyet ve Rubûbiyetinin saltanatı, kulluk ve itaatı istediği gibi Rubûbiyetinin mukaddesliği, temizliği de ister ki, kul, kendi kusurunu görüp istiğfar ile yani "Estağfirullah" diyerek, Rabbinin bütün noksanlıklardan pâk ve tertemiz olduğunu, sapık ve yanlış anlayışlar içinde veya inançsızlıkta bocalayanların bâtıl ve boş fikirlerinden temiz ve yüce bulunduğunu, kâinatın eksik ve kusurlarından ârî ve berî olduğunu tesbihle "Sübhanallah" diyerek ilân etsin.

Hem de Allah'ın Rubûbiyetinin sonsuz kudreti de ister ki; kul, kendi zayıflığını ve mahlukâtın âcizliğini görmekle İlâhî Kudretin büyüklük eserlerine karşı hayranlık ve hayret içinde "Allahü Ekber" deyip tevâzu ve alçakgönülle rükûa gidip O'na iltica ve tevekkül etsin.

Hem, Allah'ın Rubûbiyetinin nihayetsiz rahmet hazinesi de ister ki, kul, kendi ihtiyacını, bütün mahlûkâtın fakr ve ihtiyaçlarını istek ve dua lisanı ile ortaya koyarak Rabb'inin ihsan ve nimetlerini, şükür ve övgü ile "Elhamdülillah" diyerek ilân etsin.

Demek, namazdaki fiiller ve sözler, bu mânâları içine alıyor ve işte bunlar için Allah tarafından tesbit edilip emredilmişlerdir.

c. Bütün İbadetlerin, Namazın İçinde Bulunduğunu Nasıl İzah Edebiliriz?

Nasıl ki, İNSAN, şu kâinatın küçültülmüş bir misâlidir. Yani kâinatta ne varsa, nümûnesi insanda vardır ve FÂTİHA sûresi Kur'ân'ın ana prensiplerini içine alan nurlu bir timsaldir; NAMAZ da, bütün ibadetlerin her çeşidini içine alan nurlu bir fihristtir. Bütün mahlûkâtın her sınıfının renk renk ibadetlerine işaret eden mukaddes bir haritadır. Meselâ, namazda oruç vardır. Çünkü namaz kılınırken oruç tutan kimse gibi hiçbirşey yenilip içilmez. Zekât vardır. Çünkü namaz ömrün zekâtıdır. Hac vardır, çünkü namazda tavaf merkezi olan Kâbe'ye dönülüyor. Zaten şehâdet kelimesi namazın içinde bulunmaktadır. Hem, meleklerin bir kısmının ibadeti sadece ayaktadır. Bir kısım melekler sırf rükû yaparlar. Bir kısmı hep secde halinde bulunurlar. Bir kısım melekler sadece oturarak ibadet ederler. İçlerinden bir kısmı sadece "Lâ ilahe illâllah" der. Bir kısmı, "Allahü Ekber" der. Bir kısmı "Sübhanallah" der. Bir kısmı da sadece "Elhamdülillah" der. Yani melekler huşû ve huzur içinde ruhânî zevk ve lezzetlerini alarak hareket ve zikirlerden sadece bir parçasını ya-

parlar. Halbuki namazda bunların hepsi olduğu için, insanlar hepsini birden yaparlar.

Öbür taraftan namaz ibadeti bütün diğer mahlûkâtın ibadet şekillerini de içinde toplar. Gök cisimleri (güneş, ay ve yıldızlar) doğma-batma hareketlerini rekattan sonra rekat gibi tekrar edip duruyorlar. Dağlar, namazdaki ayakta durma gibi dimdik duruyorlar. Hayvanlar; namazdaki rükû gibi, iki büklüm bekliyorlar. Ağaçlar; namazdaki secde gibi devamlı olarak secdede duruyorlar. Çünkü ağaçların ağızlarına benzeyen kökleri devamlı şekilde yerden su ve besin alırlar. Kur'ân-ı Kerim'e göre (Enfal, 11) suyun ana vazifelerinden biri temizlemektir. Evet abdest ve gusülde su ne kadar lüzumludur. Bir başka âyet (Ra'd, 13) "Gök gürültüsü Allah'ı hamd ile tesbih eder" diyor. Bu bize namaz esnasında bilhassa cemaat halinde sık sık tekrar edilen "Allahu Ekber" tekbirinin yüksek sesle söylenişini düşündürür. Müslümanların cemaat halindeki ibadetlerde yaptıkları gibi sürü halinde uçan kuşlar da Allah'a ibadet ederler (Nur, 14). Cisimlerin gölgeleri Allah'a hususî bir teslimiyet ve ibadet tarzı olarak her gün nasıl uzayıp kısalıyorsa (Ra'd, 15 - Nahl, 18) ibadet eden insan da namazda kıyam, rükû, secde ve ka'de yaparken uzayıp kısalır.

d. Namazın Bu Beş Vakte Tahsisinin Hikmeti Nedir?

Nasıl ki, haftalık bir saatin saniye, dakika, saat ve günlerini sayan milleri, birbirine bakarlar, birbirinin misâlidirler ve birbirinin hükmünü alırlar. Öyle de, Cenâb-ı Hakk'ın BÜYÜK BİR SAATİ olan şu dünyanın SANİYESİ hükmünde olan gece ve gündüz deveranı, DAKİKALARI sayan seneler, SAATLERİ sayan insan ömrünün tabakaları, GÜNLERİ sayan âlemin ömrünün devirleri birbirine bakarlar, birbirinin misâlidirler, birbirinin hükmündedirler ve birbirini hatırlatırlar.

Meselâ: SABAH namazının zamanı güneş doğuncaya kadar, ilkbahara, hem insanın ana karnına düştüğü âna, hem göklerin

ve yerin altı gün yaratılışından birinci gününe benzer ve hatırlatır ve onlardaki İlâhî durumları ihtar eder.

ÖĞLE vakti, yaz mevsiminin ortasına, hem gençlik kemâline, hem dünyanın ömründeki insanın ilk yaratılış devrine benzer, işaret eder ve onlardaki rahmet tecellîlerini ve nimet feyizlerini hatırlatır.

İKİNDİ vakti, güz mevsimine, hem ihtiyarlık vaktine, hem âhir zaman Peygamberi Hz. Muhammed (s.a.s.)'in saadet asrına benzer ve onlardaki İlâhî durumları ve nimetleri hatırlatır.

AKŞAM vakti, güz mevsiminin sonunda pekçok mahlûkâtın ortadan kayboluşunu, hem insanın vefatını, hem dünyanın kıyamet başlangıcındaki harabiyetini ihtâr ile Celâli tecellilerini anlatarak insanları gaflet uykusundan uyandırır, ikaz eder...

YATSI vakti ise, karanlıklar âlemi gündüz âleminin bütün eserlerini siyah kefeni ile örtüşünü, hem kışın beyaz kefeni ile ölmüş yerin yüzünü örtüşünü; hem vefat etmiş insanın geri kalan eser ve izlerinin de vefat edip nisyan (unutma) perdesi altına girişini, hem bu imtihan diyarı olan dünyanın bütün bütün kapanışını ihtar ile Kahhar-ı Zülcelâl olan Allah'ın celâlli tasarruf ve fiillerini ilân eder. Gece vakti ise, hem kışı, hem kabri, hem berzah âlemini akla getirerek insan ruhu, Allah'ın rahmet ve şefkatine ne derece muhtaç olduğunu insana hatırlatır. Geceleyin TEHECCÜD namazı kılmak ise, kabir gecesinde ve berzah karanlığında ne kadar lüzumlu bir ışık olduğunu bildirir, ikâz eder. Bütün bu inkılaplar içinde nimetlerin hakiki sahibi Allahu Teâlâ'nın nihayetsiz nimetlerini ihtar ederek ne derece hamd ve senâya müstahak olduğunu ilân eder.

İKİNCİ SABAH ise, Haşir ve Kıyamet sabahını hatırlatır. Evet şu gecenin sabahı ve kışın baharı ne kadar mâkûl, lâzım ve katî ise, Haşr'in sabahı da, Berzah'ın baharı da, o katiyettedir.

Demek, bu beş vaktin herbiri, bir mühim inkılap başı olduğu ve büyük inkılabları ihtar ettiği gibi İlâhî Kudretin günlük büyük tasarruflarının işaretiyle, hem yıllık, hem asırlık, hem devirlik kudretin mucizelerini ve rahmetin hediyelerini hatırlatır. Demek, asıl yaratılış vazifesi, esas kulluk ve katî borç olan farz namaz, şu vakitlerde layıktır ve çok münasiptir.

İnsan Psikolojisi ve Beş Vakit Namaz

İnsan yaratılış bakımından gayet zayıftır. Halbuki, herşey ona ilişir, onu müteessir eder ve ona elem verir. Hem gayet âcizdir. Halbuki, belâları ve düşmanları pek çoktur. Hem gayet fakirdir. Halbuki ihtiyaçları pek ziyadedir. Hem insan, tembel ve iktidarsızdır. Halbuki, hayatın yükleri gayet ağırdır. Hem insanlığı onu kâinatla alâkadar etmiştir. Halbuki sevdiği, ünsiyet edip cana yakın bulduğu şeylerin ayrılık ve yokluğu, mütemadiyen onu incitiyor. Hem akıl ona yüksek maksatlar ve bakî meyveler gösteriyor. Halbuki, insanın eli kısa, ömrü kısa, iktidarı kısa, sabrı kısadır.

İşte bu vaziyette bir ruh, SABAH namazının vaktinde kudret ve merhameti sonsuz olan Cenâb-ı Hakk'ın dergâhına niyaz ile namaz ile müracaat edip arzuhâl etmek, muvaffakiyet ve medet istemek ne kadar lüzumlu ve peşindeki gündüz âleminde başına gelecek, beline yüklenecek işlere, vazifelere tahammül ve onları yüklenmek için ne kadar lüzumlu bir dayanma noktası olduğu açıkca anlaşılır.

ÖĞLE zamanı, gündüzün kemâle ulaştığı vakit ve artık zevâle meylettiği bir an, hem de günlük işlerin olgunlaşması sırası ve meşguliyetlerin tazyikinden muvakkat bir istirahat zamanı... Fâni dünyanın, devamı olmayan ağır işlerin verdiği gaflet ve sersemlikten ruhun teneffüse ihtiyaç vakti... İlâhî nimetlerin tezâhür ettiği bir andır. İnsan ruhu, o tazyikten kurtulup, o gafletten sıyrılıp, o mânâsız ve bekâsız şeylerden çıkıp Kayyum,

Bakî olan ve nimetlerin gerçek sâhibi Cenâb-ı Hakk'ın dergâhı'na gidip el bağlayarak bütün nimetlerine şükür ve hamd edip yardım istemek, azametine karşı rükû ile âcizliğini ortaya koyup sonsuz ve eşsiz kemâl ve cemâline karşı secde edip hayret, muhabbet ve mahviyetini ilân etmek demek olan ÖĞLE namazını kılmak, ne kadar güzel, ne kadar hoş, ne kadar lâzım ve münâsip olduğunu anlamayan insan, insan değil...

İKİNDİ vakti hem hazin güz mevsimini, ihtiyarlığın mahzun halini ve ahir zamanın elim mevsimini andırır ve hatırlatır. Hem günlük işlerin neticelenmesi zamanıdır. Hem o günde mazhar olduğu sıhhat, selâmet ve hayırlı hizmet gibi İlâhî nimetlerin büyük bir yekûn teşkil ettiği zamandır. Hem o koca güneşin batmaya meyletmesinin işaretiyle; insan bir misafir memur ve herşey geçici, kararsız olduğunu ilân etmek zamanıdır. Şimdi sonsuzluk isteyen ve ebediyet için yaratılan ve yapılan ihsanlara karşı perestiş eden, ayrılıktan elem duyan insan ruhu kalkıp abdest alıp şu ikindi vaktinde ikindi namazını kılmak için Allahu Teâlâ'nın İlâhî huzuruna niyaz ve dualarını arzederek, sonsuz Rahmetinin iltifatına sığınıp hesapsız nimetlerine karşı şükür ve hamdederek İzzet ve Rubûbiyetine karşı alçakgönüllülük ile rükûa gidip sonsuz Ulûhiyetine karşı tevazu ile secde ederek hakiki bir tesellî, bir ruh rahatı bulup, İlâhî huzurda emre hâzır vaziyette bekleyip kulluğunu ifade ve ilân etmek demek olan İKİNDİ namazını kılmak, ne kadar ulvî bir vazife, ne kadar münasip bir hizmet, ne kadar yerinde bir yaratılış borcu, edâ etmek, belki gayet hoş bir saadet elde etmek olduğunu insan olan anlar.

AKŞAM vakti, hem kışın başlamasından yaz ve güz âleminin nâzenin ve güzel mahlûkâtının hazince vedâsı içinde kaybolup gitmesinin zamanını andırır. Hem insanın vefatı ile bütün sevdiklerinden elemli bir ayrılık içinde ayrılıp kabre gitmek zamanını hatırlatır. Hem dünyanın sekerat halindeki zelzelesi içinde vefatı ile, üstünde oturup içinde yaşayanların başka âlemlere

göçmesi ve bu imtihan diyarı olan dünyanın lambasının (Güneş'in) söndürülmesi zamanını andırır, hatırlatır. Fânilikte batıp giden sevgililere perestiş edenleri şiddetle ikaz eder bir zamandır. İşte akşam namazı için böyle bir vakitte yaratılışı yönünden Bâki bir Cemâle (İlâhi güzelliğe) arzu duyan bir ayna olan insan ruhu, şu büyük işleri yapan ve bu koskoca âlemleri çeviren, değiştiren Bâkî ve Ezelî Zât'ın azamet Arş'ına yüzünü çevirip fânilerin üstünde "Allahu Ekber" deyip onlardan ellerini çekip Mevlâ'nın hizmeti için el bağlayıp Dâim ve Bâkî olan Allah'ın huzurunda kıyam edip "Elhamdülillah" demekle; kusursuz Kemâline, misilsiz Cemâline nihayetsiz Rahmetine karşı hamd ve senâ edip "İyyake na'büdü ve iyyâke nestain: Ancak Sana ibadet eder ve ancak Senden yardım dileriz" demekle yardımcıya muhtaç olmayan Rubûbiyetine şerik ve ortağı bulunmayan Ulûhiyetine (İlâhlığına), vezirsiz Saltanatına karşı kulluğunu arzetmek, yardım dilemek, hem sonsuz büyüklük ve yüceliğine, hadsiz Kudretine ve âcizlikten uzak İzzetine karşı rükûa gidip bütün kâinatla beraber kendi zayıflık, âcizlik, fakirlik ve zelilliğini ortaya dökmekle "Sübhane Rabbiyel-Azîm" deyip Yüce Rabb'ini tesbih eder. Hem zevâl ve fâniliği olmayan Zât'ının Cemâline, değişmeyen mukaddes sıfatlarına, bozulmayan ezelî kemâline karşı secde eder. Hayret ve mahviyet içinde "terk-i mâsiva" yani Allah'tan başka herşeyi terkederek muhabbet ve kulluğunu ilân eder. Hem bütün fânilere bedel Bâkî bir Cemîl (Güzel), Ezelî bir Rahîm (şefkat Sâhibi) bulup "Sübhane Rabbiyel-A'la" demekle fânilik ve yokluktan münezzeh; kusur ve eksiklikten uzak olan Yüce Rabb'ini takdis eder (mukaddes tutar). Sonra oturup bütün mahlûkâtın hayat hediyelerini, sâfî, masum, fıtrî, güzel ibadet ve dualarını kendi hesabına (Miraçta Muhammed Aleyhissalâtü Vesselam'ın takdim ettiği gibi) o ezelî Cemîl ve Ebedî Celîl olan Allahu Teâlâ'ya hediye edip Resûl-ü Ekrem (s.a.s.)'ine selam etmekle bîatını (ahd ve anlaşmasını) yenilemek, emirlerine itaat ettiğini belirtmek, imanını yenileyerek

nurlandırmak için şu kâinat sarayının hikmetli intizamını müşahede edip Allahu Teâlâ'nın bir olduğuna şehâdet eder. Hem İlâhî Saltanat'ın dellâlı, İlâhî istek ve arzuların tebliğ memuru ve Kâinat Kitabı'nın âyetlerinin tercümanı olan Muhammed Aleyhisselâtü Vesselamın Peygamberliğine şehâdet eder. Yani böylece akşam namazını kılmış olur. İşte böyle bir hâl ve hava ile AKŞAM namazını kılmak ne kadar hoş, temiz bir vazife, ne kadar aziz, leziz bir hizmet, ne kadar güzel bir ubûdiyet, ne kadar ciddî bir hakikat ve bu fânî misafirhanede bâkî bir sohbet ve dâimi bir saadet olduğunu anlamayan adam, nasıl adam olabilir.

YATSI vaktinde, gündüzün ufukta geriye kalan eser ve izleri de kaybolup gece âlemi kâinatı, kaplar. Gece ve gündüzü değiştirip duran Allahu Teâlâ'nın, o beyaz sayfayı bu siyah sayfaya çevirmesindeki İlâhî tasarrufları ile yazın süslenip tezyin edilmiş yeşil sayfasını kışın soğuk beyaz sayfasına çevirmesindeki Güneş ve Ay'ı emrine itaat ettiren Hakk Teâlâ'nın İlâhî icraatını hatırlatır. Hem zamanın geçmesiyle kabre göçmüş ahirete intikal etmiş olanların geriye kalan eserleri de şu dünyadan kesilmesiyle bütün bütün başka âleme geçmesindeki "Ölüm ve Hayatı Yaratan"ın İlâhî işlerini andırır... Hem dar, fânî ve hâkir dünyanın tamamen harap olup, azîm sekerâtiyle vefat edip, geniş bâkî ve azametli âhiret âleminin inkişâfında "Yer ve gökleri Yaratan'ın Celâlli tasarruflarını ve Cemâlli tecellîlerini andırır, hatırlattırır bir zamandır. Hem, şu kâinatın Hakîki Mâlik ve Mutasarrıfı, Hakîki Mâbûd ve Mahbûb'u, o Zât olabilir ki; gece-gündüzü, kış-yazı, dünya ve ahireti, bir kitabın sayfaları gibi kolayca çevirir, yazar-bozar, değiştirir. Bütün bunlara hükmeder mutlak bir kudret Sâhib'i olduğunu isbat eden bir vaziyettir.

İşte nihayetsiz âciz, zayıf, hem nihayetsiz fakir, muhtaç, hem nihayetsiz bir istikbalin karanlıklarına dalmakta, hem nihayetsiz hâdiseler içinde çalkalanmakta olan insan ruhu YATSI NAMAZINI kılmak için şu mânâdaki yatsıda İbrahim Aleyhisselâm gi-

bi "Batıp gidenleri sevmem" (En'am, 26) deyip Ezelî Mâbûd, Ebedî Mahbûb'un dergâhına namaz ile sığınıp, şu fânî âlemde ve fânî ömürde ve karanlık dünyada ve karanlık istikbâlde, Bâkî ve Sermedî olan Cenâb-ı Hakk'a münâcât ve niyaz edip bir parçacık bâkî bir sohbette, birkaç dakikacık bâkî bir ömür içinde dünyasına nur serpecek, istikbalini ışıklandıracak, varlıkların dost ve sevgililerinin ayrılık ve yok oluşlarında meydana gelen yaralarına merhem sürecek olan Allahu Teâlâ'nın Rahmet'inin iltifâtını ve hidâyetinin nurunu görüp istemek... Hem geçici olarak onu unutan ve gizlenen dünyayı, o dahi unutup, dertlerini kalbin ağlamasıyle İlâhî Rahmet Dergâhı'na dökmek... Hem ne olur, ne olmaz, ölüme benzeyen uykuya girmeden evvel, son kulluk vazifesini yapıp, günlük amel defterini güzel bir netice ile bağlamak için namaza kalkmak, yani bütün fânî sevdiklerine bedel, Bâkî bir Mâbûd ve Mahbûb'un ve dilencilik ettiği âcizlere bedel bir Kadîr ve Kerîmin ve bütün titrediği muzırların şerrinden kurtulmak için bir Hafîz (Koruyucu) ve Rahîm'in huzuruna çıkmak... Hem Fâtiha ile başlamak, yani birşeye yaramayan ve yerinde olmayan, kusur ve eksiği bulunan fakir mahlûkları medhetmeğe ve onlara minnettar olmaya bedel, mutlak bir olgunluk ve zenginlik Sâhibi olan Âlemlerin Rabbi Allahu Teâlâ'yı medih ve senâ etmek, övmek... Hem "Sadece Sana ibâdet ederiz" hitabına yükselmek, yani küçüklüğü, hiçliği, kimsesizliği ile beraber ezel ve ebed Sultanı ve Kıyamet gününün Sahibi olan Allahu Teâlâ'ya bağlanmasiyle şu kâinatta nazlı bir misafir ve ehemmiyetli bir vazifedar makamına girip "Ancak Sana ibadet eder ve ancak Senden yardım isteriz" demekle bütün mahlûkât nâmına Kâinat'ın büyük cemaatindeki ve muazzam cemiyetindeki ibadetleri ve yardım isteklerini Allah'a takdim etmek... Hem "Bizi sırat-ı müstakîme hidayet et" yani "Bize dosdoğru yolu hem göster hem de orada yürüt" demekle istikbal karanlığı içinde Ebedî Saadet'e giden, nurânî yol olan Sırat-ı Müstakim'e hidâyeti istemek... Hem şimdi yatmış nebâtât, hayvanat gibi gizlenmiş gü-

neşler, uyanık yıldızlar, birer nefer gibi emrine boyun eğmiş ve âlem misafirhanesinde birer lambası ve hizmetkârı olan Allahu Teâlâ'nın büyüklüğünü düşünüp "Allahu Ekber" deyip rükûa varmak... Hem bütün mahlûkâtın büyük secdesini düşünüp yani şu gecede yatmış mahlûkât gibi her senede, her asırdaki çeşit çeşit varlıklar, hatta dünya birer muntazam ordu, belki birer itaatli nefer gibi dünyaya ait kulluk vazifesinden, "Kün fe yekûn" emri ile terhis edildiği zaman yani gayb âlemine gönderildiği vakit, nihayet intizam ile "zevâlde gurûb; yokluğa batma" seccadesinde "Allahu Ekber" deyip secde ettikleri, hem "Kün fe yekûn" emrinden gelen diriltme ve îkaz sayhası (bağrışı) ile yine baharda kısmen aynen, kısmen benzer şekilde mahşer günü gibi hayata kavuşup ayağa kalkarak yaratanın hizmetini görmek için emir bekler vaziyette durdukları gibi, şu insancık, onlara uyarak Allahu Teâlâ'nın huzurunda hayretle karışık bir muhabbet, bir alçakgönüllülük içinde "Allâhu Ekber" deyip secdeye gitmek, yani bir nevi Mirac'a çıkmak demek olan yatsı namazını kılmak, ne kadar hoş, ne kadar güzel, ne kadar şirin, ne kadar yüksek, ne kadar aziz ve leziz, ne kadar akla uygun ve münâsip bir vazife, bir hizmet, bir ubûdiyet, bir ciddî hakikattir.

Usanç Verir Mi?

"Namaz iyidir. Fakat, hergün hergün beşer defa kılmak çoktur. Bitmediğinden usanç veriyor" diyorlar, nasıl cevap verilir?

1. Acaba ömrümüz ebedî midir? Hiç kat'i senedimiz var mı ki, gelecek seneye, belki yarına kadar kalacağız. Bize usanç veren dünyada ebedî kalma vehim ve kuruntusudur. Keyif için, ebedî dünyada kalacakmışız gibi nazlanıyoruz. Eğer anlasaydık ki, ömrümüz azdır, hem faydasız gidiyor. Elbette onun yirmi dörtten birisini hakiki, ebedî bir hayatın saadetine sebep olacak bir güzel hoş, rahat ve rahmet bir hizmete sarfetmek; usanmak şöy-

le dursun, belki ciddî bir arzu ve hoş bir zevki tahrik etmeye sebep olur...

2. Hergün hergün ekmek yiyoruz, su içiyoruz, havayı teneffüs ediyoruz; bize onlar usanç veriyor mu? Madem vermiyor; çünkü ihtiyaç tekrarlandığından, usanmak şöyle dursun lezzet bile alıyoruz. Öyleyse, kalbimizin gıdası, ruhumuzun âb-ı hayatı, latife-i Rabbaniyemizin (manevî ince duygu) havasını ve tatlı esintilerini cezbedip çeken namazın da bizi usandırmaması gerekir.

Evet biz sadece ceset ve mideden ibaret değiliz. Ruhî ve manevî yönümüz de var. Onların da kendilerine göre ayrı gıdalarının olması gerekir. Şimdi sıra ile bunların durumlarını gözden geçirelim:

KALB: Nihayetsiz teessürlere, elemlere maruz ve müptelâ, nihayetsiz lezzetlere, emellere meftun ve pürsevdâ bir kalbin gıda ve kuvveti; herşeye kudreti yeten bir merhamet ve kerem sahibi olan Cenâb-ı Hakk'ın kapısını niyaz ile çalmakla elde edilebilir.

RUH: Şu fânî dünyadan son sürat ayrılık feryadını koparıp giden varlıkların çoğu ile alâkadar bir ruhun âb-ı hayatı (ölümsüzlük suyu) ise; herşeye bedel Bâkî bir Mabûd'un, ebedî bir Mahbûb'un rahmet çeşmesine namaz ile yönelmekle içilebilir.

LATİFE-İ RABBANİYYE: Yaratılışı bakımından ebediyeti isteyen ve ebed için yaratılan, ezelî ve ebedî bir Zât'ın aynası olan ve son derece nâzik ve letâfetli bulunan şuurlu, insanî bir SIR, nurlu Rabbanî bir LATİFE; şu katı, ezici, sıkıntılı geçici, karanlık ve boğucu olan dünyevî işler ve vaziyetler içinde, elbette teneffüse pek çok muhtaçtır. Sadece ve sadece namazın penceresiyle nefes alabilir.

3. Acaba geçmiş günlerdeki ibadet külfetini ve namazın meşakkatini ve musîbet zahmetini, bugün düşünüp muzdarip olmak, hem gelecek günlerdeki ibadet vazifesini, namaz hizmetini

ve musîbet elemini, bugün tasavvur edip sabırsızlık göstermek; hiç akıl kârı mıdır?

Şu sabırsızlıkta misâlimiz şöyle bir sersem kumandana benzer ki; düşmanın sağ kanadının kuvveti, ona iltihak etmiş ve ona taze bir kuvvet olmuş olduğu halde; o tutar mühim bir kuvvetini sağ tarafa gönderir, merkezi zayıflaştırır. Hem sol tarafta düşman askeri yokken ve daha gelmeden, büyük bir kuvvet gönderir. "Ateş et!" emrini verir. Merkezi bütün bütün kuvvetten düşürtür. Düşman işi anlar, merkeze hücum eder, târumâr (darmadağın) eder. Evet buna benzeriz. Çünkü geçmiş günlerin zahmeti, bugün rahmete kalbolmuş. Elemi gitmiş, lezzeti kalmış. Külfeti kerâmete iltihak etmiş, meşakkati sevaba dönmüş. Öyle ise ondan usanç değil, belki yeni bir şevk, taze bir zevk ve devama ciddî bir gayret almak lâzım gelir. Gelecek günler ise mâdem gelmemişler. Şimdiden düşünüp usanmak ve gevşek davranmak; aynen o günlerde açlığı ve susuzluğu ile bugün düşünüp bağırıp çağırmak gibi bir dîvaneliktir. Madem hakikat böyledir. Aklımız varsa, ibadet yönünden yalnız bugünü düşünelim ve "Onun bir saatini; ücreti pek büyük, külfeti pek az, hoş, güzel ve ulvi bir hizmete sarfediyorum" diyelim. O vakit bizim acı bir usancımız tatlı bir gayrete döner.

İşte ey sabırsız nefsimiz! Sen, üç sabır ile mükellefsin.

Birincisi: İbadet ve taat üstünde sabırdır.

İkincisi: Günah işlememek için sabırdır.

Üçüncüsü: Belâ ve musibetlere karşı sabırdır.

Aklımız varsa, temsilde görünen hakikatı rehber tutalım. Mertçe: "Ya Sabur!" diyerek Allahu Teâlâ'nın "Sabur" ismine dayanalım. Üç sabrı omuzumuza alalım. Cenâb-ı Hakk'ın bize verdiği sabır kuvvetini eğer yanlış yolda dağıtmazsak; her meşakkate ve her musibete kâfi gelebilir. O kuvvetle dayanalım..

4. Acaba şu kulluk vazifesi, neticesiz midir? Ücreti az mıdır ki, bize usanç veriyor? Halbuki birisi bize biraz para verse veyahut bizi korkutsa, akşama kadar bizi çalıştırır. Usanmadan çalışırsın. Acaba bu misafirhanede âciz ve fakir kalbine, kuvvet ve ğına (zenginlik)... Elbette bir menzilin olan kabrinde, gıda ve ziya... Her halde mahkemen olan mahşerde, senet ve berat... İster istemez üstünden geçilecek Sırat Köprüsü'nde, nur ve burak olacak bir namaz neticesiz midir? Veyahut ücreti az mıdır? Ey nefis, bir adam sana yüzbin liralık bir hediye vadetse; seni yüz gün çalıştırır. Vaadinden dönebilecek o adama itimad edersin, usanmadan işlersin. Acaba, vaadinden dönmesi imkânsız olan bir Zât, cennet gibi bir ücreti ve ebedî saadet gibi bir hediyeyi sana vaadetse, pek az bir zamanda, pek güzel bir vazifede seni vazifelendirse sen hizmet etmezsen veya isteksiz, angarya gibi veya usançla, yarım yamalak hizmetinle O'nu vaadinde ittiham ederek hediyesini küçümsesen, pek şiddetli bir ceza ile haddinin bildirileceğini ve dehşetli bir azaba müstahak olacağını düşünmüyor musun? Dünyada hapsin korkusundan en ağır işlerde usanmadan hizmet ettiğin halde; cehennem gibi ebedî bir hapsin korkusu, en hafif ve hoş bir hizmet için sana gayret vermiyor mu?

5. Acaba ibadetteki usanç ve gevşekliğimiz ve namazdaki kusurumuz dünya meşguliyetlerimizin çokluğundan mıdır? Veyahut geçim derdinin meşgalesiyle vakit bulamadığımızdan mıdır? Acaba, sırf dünya için mi yaratılmışız ki, bütün vaktimizi ona sarfediyoruz. Biz, kabiliyet yönünden bütün hayvanların üstünde olduğumuzu ve dünya hayatına lüzumlu olan şeyleri elde etmekle iktidar cihetiyle, bir serçe kuşuna yetişemediğimizi biliyoruz. Bundan neden anlamıyoruz ki, asıl vazifemiz hayvan gibi çabalamak değil; belki hakiki bir insan gibi, hakiki ve dâimî bir hayat için çalışmaktır. Bununla beraber dünya meşguliyetleri dediğimiz, çoğu bize ait olmayan ve fuzûlî bir surette karıştığı-

mız ve karıştırdığımız mânâsız, boş meşgalelerdir. En lüzumlusunu bırakıp, güya binlerce sene ömrümüz var gibi en lüzumsuz malûmat ile vakit geçiriyoruz.

Beni namazdan ve ibadetten alıkoyan ve usanç veren öyle lüzumsuz şeyler değil, belki geçim derdinin zarurî işleridir.

Eğer bin liralık bir gündelik ile çalışsan; sonra biri gelse, dese ki: "Gel on dakika kadar şurayı kaz, yüzbin lira kıymetinde bir pırlanta ve bir zümrüt bulacaksın." Sen ona: "Yok, gelmem. Çünkü, yüz liralık gündeliğimden kesilecek. Nafakam azalacak" desen; ne kadar dîvanece bir bahâne olduğunu elbette bilirsin. Aynen onun gibi; sen meselâ bağında, nafakan için işliyorsun. Eğer farz namazı terketsen, bütün çalışmanın neticesi, yalnız dünyalık, ehemmiyetsiz ve bereketsiz bir nafakaya münhasır kalır. Eğer sen, istirahat ve teneffüs vaktini, ruhun rahatına, kalbin teneffüsüne sebep olan namaza sarfetsen; o vakit, bereketli dünyevî nafaka ile beraber, senin uhrevî nafakana ve ahiret azığına ehemmiyetli bir menbâ olan, manevî iki maden bulursun:

Birincisi: Bütün bağındaki yetiştirdiğin, çiçekli olsun, meyveli olsun, her nebâtın, her ağacın tesbîhatından, güzel bir niyet ile, bir hisse alıyorsun.

İkincisi: Hem bu bağdan çıkan mahsûlâttan kim yese, Hadisi Şerif'in bildirdiği gibi, hayvan olsun, insan olsun; inek olsun, sinek olsun; müşteri olsun, hırsız olsun; sana bir SADAKA hükmüne geçer. Fakat şu şartla ki: Sen, Rezzak-ı Hakîki olan Allah nâmına ve izni dairesinde tasarruf etsen ve O'nun malını, O'nun mahlûkâtına veren bir tevziat memuru nazariyle kendine baksan...

İşte bak, namazı terk eden, ne kadar büyük bir zarar eder. Ne kadar ehemmiyetli bir serveti kaybeder, çalışmaya pek büyük bir şevk veren ve amelde büyük bir manevî kuvvet temin eden o iki neticeden ve o iki madenden mahrum kalır, iflâs eder.

Hatta ihtiyarladıkça bahçecilikten usanıp bıkar: "Neme lâzım. Ben zâten dünyadan gidiyorum. Bu kadar zahmeti niçin çekeceğim?" der, kendini tembelliğe atar. Fakat namaz kılan adam der: "Daha ziyade ibadetle beraber helâlinden kazanmaya çalışacağım. Tâ, kabrime daha ziyade ışık göndereceğim. Ahiretime daha ziyade zahîre tedarik edeceğim."

Hâsılı: Bil ki, dünkü gün senin elinden çıktı. Yarın ise, senin elinde sened yok ki, ona mâlik olasın. Öyle ise hakiki ömrünü, bulunduğun gün bil. En azından günün bir saatını, ihtiyat akçesi gibi, hakiki istikbal için teşkil olunan uhrevi bir sandukça olan bir mescide veya bir seccâdeye at.

Hem bil ki, her yeni gün, sana, hem herkese bir yeni âlemin kapısıdır. Eğer namaz kılmazsan, senin o günkü âlemin zulümatlı ve perişan bir halde gider. Senin aleyhinde Misâl Âlemi'nde şâhidlik eder. Zira herkesin, her günde, şu âlemden bir hususî âlemi var. Hem o âlemin keyfiyeti, o adamın kalbine ve ameline tâbidir. Nasıl ki, aynada görünen muhteşem bir saray, aynanın rengine bakar. Siyah ise, siyah görünür. Kırmızı ise, kırmızı görünür. Hem onun keyfiyetine bakar. O ayna camı, düzgün ise, sarayı güzel gösterir. Düzgün değilse, çirkin gösterir. En nazik şeyleri kaba gösterdiği gibi, sen kalbinle, aklınla, amelinle, gönlünle, kendi âleminin şeklini değiştirirsin. Ya aleyhinde, ya lehinde şahidlik ettirebilirsin. Eğer namazı kılsan, o namazın ile âlemin yaradanı Cenâb-ı Hakk'a yönelsen; birden, sana bakan âlemin nurlanır. Âdetâ namazın bir elektrik lâmbası ve namaza niyetin, onun düğmesine dokunmak gibi, o âlemin karanlıklarını dağıtır ve dünyevî hercümerçdeki karmakarışık perişaniyet içindeki bir intizam ve Kudret kaleminin mânidar bir yazması olduğunu gösterir. "Gökleri ve Yeri nurlandıran Allah'tır" (Nur, 35). Âyetinin nurlarından bir nuru, senin kalbine serper. Senin o günkü âlemini, o nurun aksetmesiyle ışıklandırır. Senin lehinde nurâniyetle şâhitlik yaptırır.

Namaz kılmayan kimse kâinattaki bu durumun farkına varamaz. Aslında karmakarışık gibi gördüğümüz şeyler, kendine göre bir intizamla Allah'ın büyüklüğünü namaz kılar gibi vaziyetleri ile ifade edip gitmektedirler. Meselâ, cuma günü bir camiye giren dinden, ibadetten habersiz bir vahşî, cemaati ilk sünneti kılarken görse birşey anlayamaz. Çünkü kimisi yatıyor, kimisi rükûa gidiyor. Halbuki cemaatle hepsini birden farzı kılarken görse, intizamı fark edebilir. Meselâ: Bitkiler yavaş yavaş kıyama (ayağa) kalkar. Bir müddet kıyamdan sonra rükûa gider gibi eğilir. Sonra da secdeye gider gibi toprağa karışır. Çocukluk, gençlik, dinçlik, ihtiyarlık ve secde eder gibi kabre girme hep aynı vaziyettir. Güneş tam tepemizde sanki kıyamda, sonra gurub seccadesinde secdeye kapanıyor. Devletler kuruluş ve yükseliş devirlerindeki kıyamdan sonra duraklama ve gerilemede rükû ile daha sonra da yıkılışlarında secde ile Bâkî olanın sadece Allah olduğunu "Allahu Ekber" diyerek ilân edip gidiyorlar. Hislerin bile kabarması ve sönmesi hep aynı ritmi izleyip gider...

Çekirdek ve Ağaç

Benim namazım nerede, hikmetleri saymakla bitmeyen gerçek mânâdaki bir namaz nerede?

Bir hurma çekirdeği, bir hurma ağacı gibi, kendi ağacını bütün vasıf ve hususiyetleri ile ifade eder. Fark, yalnız kısalık ve tafsilattadır. Çünkü ağaçta bulunan herşeyin küçük bir numûnesi çekirdekte vardır. İşte bizim gibi avamdan birisinin namazını hissetmesek bile, büyük bir velinin namazı gibi şu nurdan bir hissesi var; şu hakikattan bir sırrı vardır. Fakat derecelere göre, inkişaf etmesi ve nurlanması ayrı ayrıdır. Nasıl, bir hurma çekirdeğinden, tâ mükemmel bir hurma ağacına kadar, ne kadar mertebeler bulunur. Öyle de, namazın derecelerinde de daha fazla mertebeler bulunabilir. Fakat bütün o mertebelerde o nurânî hakikatın esası bulunur...

Kimin İhtiyacı Var?

Namaz kılmayanlardan çoğu diyorlar ki, Cenâb-ı Hakk'ın bizim ibadetimize ne ihtiyacı var ki, Kur'ân'da çok şiddet ve ısrar ile ibadeti terkedeni zorlayıp Cehennem gibi dehşetli bir ceza ile tehdit ediyor?

Cenâb-ı Hakk, ne senin ibadetine ne de hiçbir şeye muhtaç değil. Fakat sen, ibadete muhtaçsın; mânen hastasın. İbadet ise, mânevî yaralarına ilâç ve merhem hükmündedir. Acaba bir hasta, o hastalık hakkında, şefkatli bir hekimin kendisine faydalı ilaçları içirmek hususunda ettiği ısrara mukabil, hekime dese: "Senin ne ihtiyacın var, bana böyle ısrar ediyorsun?.." Ne kadar mânâsız olduğunu bilirsin. Çünkü doktor, meselâ "Şu vitaminleri ve şu antibiyotikleri günde beş defa kullanman lâzım" derken, hatta kapıdan çıkarken bile ısrarla bunların ehemmiyetini hatırlatması hastayı düşündüğünü göstermektedir. Mânevî duygularımızın, ince cihazlarımızın vitamin ve gıdası, gurur ve kibir, nefis ve şeytan gibi birçok mikropların antibiyotik ilâçları hükmünde olan namaza elbette bizim ihtiyacımız var. Secde olmadan; gurur ve kibirimiz nasıl törpülenecek, nefis ve şeytanımız nasıl hizaya gelecek, enaniyetimiz nasıl kırılacak?

Nasıl ki, bir yolcu atının üzerinde yoluna devam ederken bir elma ağacının dibinde bir kişinin uyuduğunu görüyor. Bakıyor ki, bir yılan o uyuyan kimsenin ağzından içeri kayıveriyor! Yolcu ne yapsın; söylesem belki ödü kopar diye, hemen adamın yanına varıyor şiddet ve tehditle uyandırdıktan sonra hiç düşünmeye, karnındaki ağırlığı hissetmeye fırsat vermeden ağacın dibindeki çürümüş elmaları zorla yediriyor. Sonra atının önüne katıp tarlalarda kovalamaya başlıyor. Dayak korkusundan koşturan zavallı ise bu atlıya kızıp duruyor. Ama başı dönüp kusmaya başlayınca karnından yılan çıkıyor. Atlı, çıkan yılanın başını ezerek öldürünce mesele anlaşılmış oluyor. Aslında insan, nefis ve ena-

niyet (benlik) yılanın ne kadar korkunç olduğunu tam takdir edemez.

Ama Kur'ân'ın, ibadeti terketme hakkındaki şiddetli tehditleri ve dehşetli cezaları ise; nasıl ki, bir padişah, halkın hukukunu muhafaza etmek için; âdî bir adamı, halkın hukukuna zarar veren bir hatasına göre, şiddetli cezaya çarpar. Öyle de, ibadeti ve namazı terk eden adam, Ezel ve Ebed Sultan'ı olan Cenâb-ı Hakk'ın yarattığı mahlûkâtın hukukuna ehemmiyetli bir tecavüz ve manevî bir zulüm eder. Çünkü mahlûkatın değer ve kemâlleri, Allah'a bakan yüzlerinde tesbih ve ibadetle tezahür eder. Evet "Bütün göklerin ve yerin orduları Allah'ındır" (Fetih, 4 ve 7) âyetleri herşeyin Allah'ın bir asker ve memuru olduğunu, bu yönden bir değeri bulunduğunu ifade eder. "Yedi gök ve yer, bir de bunlar içinde bulunanlar, Allah'ı tesbih ederler. Hiçbir varlık yoktur ki, O'nu hamd ile tesbih etmesin..." (İsrâ, 44) âyeti de herşeyin Allah'a ibadeti yönünden ayrı bir kıymeti olduğunu ifade eder. İşte ibadeti ve Allah'a itaati terkeden kimse, varlıkların ibadet ve itaatlarını görmez ve göremez. Belki de inkâr eder. O vakit ibadet ve tesbih noktasında yüksek makamda bulunan ve herbiri, birer İlâhî mektup ve İlâhî güzel isimlerin aynası olan varlıkları; yüksek makamlarından düşürdüğünden ve ehemmiyetsiz, vazifesiz, câmid, perişan bir vaziyette telakkî ettiğinden onları tahkir eder; kıymet ve kemâllerini inkâr ve tecavüz eder.

Evet herkes, kâinatı kendi aynasıyla görür. Cenâb-ı Hakk insanı, kâinat için bir mikyas (ölçek), bir ölçü suretinde yaratmıştır. Her insan için, bu âlemden hususî bir âlem vermiş. O âlemin rengini, o insanın kalbî itikadına göre gösteriyor. Meselâ, gayet ümitsiz ve matemli olarak ağlayan bir insan, varlıkları ağlar ve ümitsiz bir şekilde görür... Gayet sevinçli, neşeli, müjdeli ve neşesinden gülen bir adam; kâinatı neşeli, güler gördüğü gibi, tefekkürle ve ciddî bir surette ibadet ve tesbih eden adam; varlıkların hakikaten mevcut ve muhakkak olan ibadet ve tesbihlerini

bir derece keşfeder ve görür... Gafletle veya inkârla ibadeti terkeden adam; varlıkları, hakiki değerlerine tamamen zıt ve aykırı şekilde hatalı bir surette zanneder ve mânen mevcudatın hukukuna tecâvüz eder.

Hem o namaz kılmayan kimse, kendi kendine mâlik olmadığı için kendi Mâliki'nin yani Allahu Teâlâ'nın bir kulu olan kendi zâtına zulmeder. Onun Mâliki, o kulunun hakkını, onun "kötülükle emreden nefsinden" almak için, dehşetli tehdit eder.

Hem yaratılışının neticesi ve gayesi; "İnsanları ve Cinleri ancak bana ibadet etsinler diye yarattım" (Zâriyat, 56) âyetine göre ibadettir. İşte bu hikmet ve gaye için yaratıldığı halde ibadeti terkettiğinden, Allah'ın hikmetine ve İlâhî iradeye karşı bir tecavüz hükmüne geçer. Onun için cezaya çarpılır.

Namazın İkâmesi

"Ve namazı ikâme ederler yani dosdoğru kılarlar" (Bakara, 3). Elbette namazı ikâme ederler demekle, namazı kılarlar demekten fazla bir mânâ vardır ki bu, en azından doğru dürüst yani tâdil-i erkan, huşû ve tevazû ile güzelce kılmak ve hatta kıldırmak mânâlarını ifade eder. Bunun için namazda tadîl-i erkân vâcip olduğu gibi bilhassa namaz için, iyiliği emir, kötülükten menetmek ve namaza lüzumlu şeylerin ikmâli için gayret sarfetmek de İslâmiyet'in icaplarındandır. Ana-babanın evladına namaz terbiyesi, din kardeşlerinin birbirlerine tavsiye ve hatırlatmaları, vazifeli ve idarecilerin engelleri kaldırıp sebepleri ikmâl ederek teşvik etmeleri, Cuma ve cemaate ihtimam ve gayret göstermeleri de bu cümledendir.

İkâme, kaldırıp dikmek veya düzeltip doğrultmak veya teşvik, terviç ve devam ettirmek veya ihtimam göstererek icra etmek mânâlarına geldiğinden beliğ bir istiâre yapılmış ve bunun için bir kelimelik "yüsallûne: Namaz kılarlar" yerine iki kelimelik "yükîmûnes 'salâte: Namazı ikâme ederler" ifadesi seçilmiş-

tir. Önce dikmek veya doğrultmak mânâlarını düşünelim: Bu bize "Namaz dinin direğidir" hadis-i şerifini hatırlatır. Bu hadîste din yüksek bir binaya benzetiliyor ve namaz aynı o binanın direği gösteriliyor ki, imân da bu binanın temelidir. Bu âyette de namaz cemaatle kaldırılabilecek büyük bir direğe teşbih ediliyor ve onun güzelce dikilmesi veya doğrultulması sûretiyle o yüksek din binasının yapılmasının, muhafaza edilmesinin ve devam ettirilmesinin gerekliliği bildiriliyor. Bir de bu binanın ileride beyan edilecek temelleri ve diğer bölümleri, tezyinatı ve güzelleştirilmesiyle ilgili taraflarına işaret ediliyor. Gerçekten din gayet büyük ve mukaddes bir binadır. Ve bu binanın kerestesi, diğer lüzumlu maddeleri şekli ve plânı yani İslâmî hükümler bizzat Allah'ın koyduğu esaslardır. Ona uygun olarak inşa edilmesi, kurulup meydana gelmesi ve içinde saadetle yaşanması da insanlara aittir. Temsilen diyebiliriz ki, bu binanın mimarı Allah (c.c.), baş kalfası Peygamber (s.a.s.), amelesi ümmettir. Bu binanın temeli kalblerin derinliklerinde atılacak ve ağızlardan taşacak, direği ferdî namazlarla hazırlanıp düzeltilecek ve cemaat ile görüş meydanına dikilecek, sonra üzerine diğer kısımları inşa edilecektir. Fakat şurası unutulmayacaktır ki, bu bina cansız ve donuk değil, canlıdır. Bu, selef (geçmiş büyüklerimiz) tarafından bir defa yapılmış olmakla sonradan gelenler, yalnız bunun içinde oturup kalacak değillerdir. O, canlı bir bünye gibi her gün yapılıp işletilecek, her gün gelişip büyümesine hizmet edilecektir. Bu bina ve direk teşbihi (benzetmesi) bize İslâmiyet'in içtimaî vaziyetini ve bu vaziyette namazın kıymet ve ehemmiyet derecesini anlatıyor. Gerçekten cemaatle namaz İslâmiyet'in içtimaî hayatının direğidir, bütün İslâmî teşkilatın binasıdır. Ve cemaatle namaz kılmak ve kıldırmak o direği dikmektir. Dosdoğru, içi-dışı temiz ve muntazam olarak namaz kılmak, îmanın gelişip bütün vücuttan fışkırması ve hayat güzergâhına muntazam ve dosdoğru bir cereyan vermesidir. Bununla iç ve dış mümkün olduğu kadar tasfiye, kalb ve beden alışkanlıkla takviye edilir.

Namaz ve Ahlâk

Herhangi bir kimsenin namazsız bulunduğu hâli ile namazına devam ettiği hâlini mukayese ederseniz namazını kıldığı zamandaki ahlâkını herhalde yükselmiş bulursunuz. “Muhakkak ki namaz, fahşâ ve münkerden (kötü ve uygunsuz işten) alıkor” (Ankebut, 45). Bu mukayesedeki yanlışlıklar, ayrı ayrı şahısları mukayese etmekten doğar. Bu hususta ahlâklı farzedilen namazsız, namazına devam ettiği zaman hiç şüphesiz ahlâk ve maneviyatça daha yükselir. Namazını kılan kimsenin hayatta en azından dört kazancı vardır:

Birincisi, temizlik,

İkincisi, kalbin kuvvetlenmesi;

Üçüncüsü, vakitlerin intizama girmesi,

Dördüncüsü, içtimaî salâh (toplumun düzelmesi).

Ki, bu faydalar devam etmek şartı ile en resmî bir namazda bile vardır. Namazın en büyük faydaları saymakla bitmez. Fakat en küçük ahlâkî faydası, fiilen kibri kırmak, kardeşliğe hazırlanmak, Allah rızası için iş yapmaya alışmaktır. Bunun için namazda giyinebileceği en güzel ve en temiz elbisesini giymek ve kendine gurur verebilecek bu hâl içinde örtülecek nice ayıpların bulunduğunu düşünüp yüzünü yani alnını ve burnunu yerlere koyarak kalbinde imân ettiği Allah huzurunda o kibir ve gururu kırarak, tekrar tekrar secdeye kapanmak en mühim bir esastır. Namazda bilhassa secdenin kibre olan bu mühim tesirinden dolayıdır ki, kibirli kimseler en ziyade namazın secdesine itiraz ederler, o süslü elbiseler içinde alınlarını Allah rızası için yere koymak mecburiyeti, onların kibir damarlarına, sinirlerine pek fena dokunur. “Gerçi bu (namaz) nefsinize ağır gelir, fakat huşû sahiplerine yani saygılı kimselere değil...” (Bakara, 45). Düşünmezler ki, o süsler, o alınlar hep ilâhî ihsanlardır ve zamanı gelince o yağlı alınlar toza toprağa karışacaktır. Hem o topraklar,

o yerler, o kadar tahkir edilmeye ve devamlı surette çiğnenmeye lâyık değildir. Zaman olur ki, onlar için kanlar dökülür. İnsan hayatı oradan fışkırır ve onu fışkırtan Allahu Teâlâ'dır.[7]

Abdest-Gusül

Abdestin, guslün, taharetlenmenin, tırnakları kesmenin ve temizlenmenin, bıyıkları kısaltmanın ve bu türden olan diğer temizliklerin hikmeti, özellikle Batılılarca uzun zaman bilinememişti. Hatta Endülüs (İspanya)'deki engizisyon mahkemeleri gusleden, yahut su ile temizlenen, yahut abdest alan kimseleri araştırarak eline geçirince -ölüm de içinde bulunmak üzere- en ağır cezalara çarpardı. Fakat mikrobun keşfiyle bu büyük olayın ilimde meydana getirdiği müthiş devrin üzerine artık İslâm dininin derin hikmetleri, muazzam sırları birer birer göründü ve asırlardan, kuşaklardan sonra bütün inceleme ve araştırma dünyasının şaşkın bakışları önünde inkişafa başladı.

Hz. Peygamber Efendimiz (s.a.s.) ortaya çıkışından beridir ki İslâmiyet bedenin yöresinin temizliğini emrediyor. Oysaki mikrobun keşfinden önce neye temizlik bu kadar sıkı tutuluyor, neden tekrar tekrar temizlenmek farz oluyor ve terk eden kimse Allah tarafından azarlanıyor, bundaki sır anlaşılmış değildi. Ancak doktorluk ve koruyucu hekimlik bilgilerinin ilerlemesi dolayısiyle kavrayış alanımıza giren birtakım gizli gerçekler sayesinde iyice anlaşıldı ki, İslâmiyet'in tahâret ve temizlik hakkındaki hükümleri öyle gayr-i müslimlerin sandıkları gibi hava durumlarından, yahut Hicaz şehirlerinin sıcaklığından değilmiş; bu hükümlerin tümü "Yere giren ve yerden çıkanı, gökten ineni ve göğe yükselenleri bilen" (Hadid sûresi) Yüce Yaratıcı'nın hikmetli tebliğiymiş.

İslâm dini elleri ve ağzın, burnun içini yıkamayı, başa, kulaklara meshetmeyi, ayakları yıkamayı emrediyor. Bundan başka bazen vacip, bazan da sünnet olarak bütün vücudun yıkanması-

7) Merhum Elmalılı Muhammed Hamdi Yazır'ın Tefsirinden c.1, /186-188.

nı emrediyor. Bir de dişleri oğmayı ve gerek dilin üzerindeki pasları gidermek için misvak kullanmayı ve ağzı çalkalamayı tavsiyede bulunuyor. Misvak güzel kokulu bir ağaçtır. Efendimiz (s.a.s.) saçı olanlara yıkamalarını, taramalarını, yağ sürünmelerini emrederlerdi. Ve kendileri gün aşırı bunu yaparlardı. Sonra seferde, hazarda ayna, tarak gibi şeyleri yanlarından eksik etmezlerdi. Büyük Peygamber (s.a.s.) "Kimin saçı varsa ona hürmet etsin, yani temiz tutsun" buyurmuşlardı.

Bilinmektedir ki, mikroplar, dünyada var, adını alan ne varsa hemen hepsinin üzerine yayılmış bir halde bulunuyor. Şimdi temaslar, el sıkışmalar, almalar, yemeler, içmeler, tutmalar el vasıtasiyle olduktan başka yenilecek, içilecek şeyleri hazırlamak, göz gibi, ağız gibi organları ovalamak, silmek için de yine el kullanılıyor. Bu sebepten sağlığı koruma ile ilgilenen bilginler elleri, mikroplarla en çok temasta bulunup onları en çok aktaran bir organ kabul ediyor. Sonra ellerde ufacık bazı yaralar, çatlaklar olur ki, oralardan birtakım mikroplar duran kana karışarak iltihap yaparlar, yahut öldürücü bir hastalığa sebep olurlar.

Şu halde modern tıp, İslâmiyet'in elleri bir düziye yıkamak hususundaki emirlerine uygun geliyor.

Yine ELLERİN, ağzı yıkamak için ağıza götürülmezden önce yıkanmasındaki sır ile kullanılacak suyun temiz, tadı, kokusu ve rengi değişmemiş olmasındaki gerekliliğin hikmeti böylece ortaya çıkmış oluyor.

AĞIZA gelince, bu organ, tükrük bezlerini, dişleri ve dili ihtiva etmektedir. Yemeği çiğnemek, ilk sindirim sayılır. Ağızda bulunan mikropların hepsi yemek ve tükrükle beraber mideye giderek ahengini bozar ve onu, sindirimi gereği gibi yapamaz hâle getirir. Bundan başka artıklarının da sürekli tükrükle beraber mideye inerek sindirimi bozan mikropların çoğalmasına büyük yardımı dokunur.

Mide rahatsızlıklarına tutulan hastalara doktorlar ağızlarını temizlemeyi, dişlerine iyi bakmayı daima tavsiye ederler ve ağzın bütün bölümlerini temiz tutmaktaki ihmalin mide için en zararlı ve en tehlikeli bir âfet olduğunu tekrar edip dururlar. Bundan dolayıdır ki, İslâmiyet işi gayet sıkı tutarak her yemekten sonra ağzı yıkamayı, dişlerin arasını temizlemeyi ve üzerlerini misvakla ovmayı ısrarlı bir şekilde tavsiye ediyor.

Abdestin her alınışında kullanılan misvakın zararlı mikropları öldürmesinden dolayıdır ki Efendimiz (s.a.s.) "Ümmetime zahmet vermekten çekinmeseydim her namazda kendilerine misvak kullanmalarını emrederdim" buyuruyor. Buradaki emir, vücub (farz) ifade eden emirdir.

Bir de su ile ağzı yıkamak, misvakla yahut parmaklarla dişleri ovmak sayesinde ağzın şurasında, burasında dişlerin arasında kalarak kokuşmuş yemek artıklarını bulup çıkarmak imkânı doğduğu gibi, bu suretle ağız içindeki tükrük bezleri ve kılcal damarlar ve kan damarları takviye edilmiş olur.

BURUN, koklamak ve nefes alıp vermek için yaratılmış bir organdır. Bunun için hava; toz, toprak ve fezada yayılmış bir durumda bulunan tozlar ve mikrobik asalakları bu organdan içeri sokar. İşte insanı bundan korumak için Allah'ın hikmeti, burunda bu organın iç duvarlarını kaplayan birtakım kıllarla incecik tüyler yaratmış ki, hizmetleri o zararlı mikropların akciğerlere yol bulabilmesini, yahut kan kanallarından birine girmesini engellemektir. Dışarıdan buruna giren cisimlerin mikroskopla muayenesinden bu gerçek ortaya çıkar ve o zaman İslâm'ın su ile burnu iyice yıkama emrindeki hikmet anlaşılır. Zira bu zararlı cisimler kendilerini taşıyan hava ile birlikte ciğerlere giremediği takdirde burnun cidarlarına yapışır ve orada uzun müddet kaldıkça burun içi zarının ifrazatiyle birlikte içeriye doğru inmeye başlar. Bundan dolayı ağzı yıkamadan önce insanı bunların vereceği rahatsızlıktan kurtarmak, sonra da burna çekilerek dışa-

rıya verilen su vasıtasiyle dışarı atılan bu mikrop yığınlarının bedenin içine girmelerini önlemek faydası vardır.

Bunun içindir ki, su, ağzın ve burnun ta sonlarına kadar giderek oralarda, şimdi söylediğimiz, zararlı cisimlerden birşey bırakmamak için ağza, burna su vermenin kuvvetle yapılması, Peygamberimizin (s.a.s.) emrinin icabıdır. Bu suretle burna su alıp vermek de her abdest ve gusülde tekrarlanır durur.

Her abdest ve gusülde YÜZÜN yıkanmasına gelince bu da birçok faydasından dolayıdır. Bir kere el ile ovarak yıkamak, cildi kuvvetlendirir; baştaki ağırlığı ve yorgunluğu hafifletir; duran kanı düzenlemeye yardımcı olur; çünkü kan kanallarını uyararak durgun kanları harekete getirir. Sonra çıkan teri ve yüzün delikçiklerindeki birikmiş ifrazları gidererek deriye solunum yaptırır. Ve ter bezlerini gereği ile vazife yapmaya çağırır. O zaman vücut bir çeviklik, bir zindelik duymaya başlar. Koruyucu hekimlik hakkında yeni yazılan eserler yüzü yıkamaya, yüzdeki bütün uzuvların, bilhassa gözlerin temizliğine itina göstermeye son derece teşvik ediyor.

Abdest alırken BAŞA mesh verilmesinde büyük bir hikmet var: Beyin daima birtakım düşüncelerle yoruluyor, zayıf düşüyor, kan hücumuna uğruyor; bunun için biraz su ile mesholunması bunu engellediği gibi beyni dinlendirir ve faaliyete geçirir.

KULAKLARIN içine, dışına, kıvrık yerlerine ve BOYNUN iki tarafına su ile mesh edilmesi de derinin üzerindeki pislikleri giderir ve gripi engellemeye çok faydalı olur. Ayrıca beyne giden sinir ve damarlara bu meshin çok faydası vardır.

AYAKLARIN yıkanması, evvela temizlik içindir. Sonra da parmakların arasındaki deri temizlenmeyecek olursa birçok iltihaplı hastalıkları çabucak kapar. İlmî tetkiklerden tetenoz denilen öldürücü hastalığın mikroplarını ayaktaki derinin çabucak kaptığı anlaşılmıştır. Bunun içindir ki bilhassa askerlik hayatın-

da ayakların yıkanması, uyulması gerekli sağlık tedbirlerinin en mühimlerindendir.

İslâmiyet, her namaz için abdesti yoksa almayı farz olarak, varsa tazelemeyi müstehap olarak emrettiği gibi, guslü de sebepleri gerçekleşince farz olarak emretmiş, cuma ve bayram günlerinde yıkanmayı sünnet sırasına koymuştur. Evet İslâmiyet, abdest gibi guslün tekrarlanmasını emretmiyor. Zira bir kere güçlük gerektirir; sonra bedenin abdest alınırken yıkanması gereken bölümlerinden başkası örtülü bulunduğu için öteki bölümlerin karşılaştığı şeylerden korunmuştur.

Sıhhî şartlarına uyularak yapılan guslün faydaları pek çoktur. Tıpda bunun değeri büyüktür. Bedenin kirlerini giderir; cilde yumuşaklık verir, tazelik verir; yorgun sinirleri dinlendirir, uyku getirir; vücudun, beynin gevşekliğini alır; ter çıkaran bezleri çalıştırır.

Peygamber Efendimiz (s.a.s.) Ebu Derda'ya "Temizliğe itina göster ki, ömrün uzun olsun" buyurmuşlardır. İşte bu Hz. Peygamber (s.a.s.)'in irşadındaki hikmet, son zamanlarda doktorluk ve koruyucu hekimlik ilerledikten sonra anlaşılmıştır ki; şartlarına uyulmak suretiyle yıkanma ömrü artırır.[8]

Namaz

Önce kulluk borcunu ödemiş olmanın yanında, öte yandan namazın ruh ve kalbi dinlendiren hususları yönünden daha nice faydaları vardır. Onun ölçülü, düzenli, sürekli ve hiç de yorucu ve yıpratıcı olmayan hareketlerinin kan dolaşımına, sindirim cihazına, sinir sistemine, kaslara iyi tesiri inkâr edilemeyecek bir gerçektir. Günlük yaşayışımızda ellerimizin dokunmadığı yer, kapmadığı mikrop kalmıyor. Teneffüs cihazımızın bekçiliğini yapan burun, hergün milyonlarca mikrobu tutukluyor; namazın şartlarından olan abdestin alınmasıyla iyi alışkanlıklardan yok-

8) Abdülaziz Çaviş'in "Anglikan Kilisesine Cevap" Kitabından.

sun olan bazı insanlar bile abdest almaktaki bu temizlik ameliyesi sayesinde sağlıklarına olağanüstü hizmet etmiş olurlar.

Hem suyun sinir sistemi ve kan dolaşımı üzerindeki müspet tesiri hemen hemen herkes tarafından bilinmektedir. Abdestin yorgunluğu giderici, insanı uyuşukluktan kurtarıcı ve ferahlatıcı hususiyetleri, namaza devam edenlerce bilinmeyen birşey değildir. Namazın belirli zaman aralıklarında hergün tekrarlanması, bozulan ruh ve moral dengesini yeniden sağlar. İnsanı disipline alıştırır, iradeyi kamçılar. Toplum plânında cemaatle kılınan namaz ise fertleri aynı gaye ve aynı hedefe yöneltir. Dayanışmayı kuvvetlendirir, karşılıklı sevgiyi arttırır, birlik ve kardeşliği perçinler.

Duânın Ruhî Cephesi

Tatmin edilmemiş sonsuz istek ve arzularımız şuur altına atılarak bizde umulmayan zamanlarda çeşitli buhranlara, çeşitli iç sıkıntılarına yol açar. Duâ ile en gizli, en mahrem duygularımızı dile getirir, içimizi boşaltır, ümidimizi kuvvetlendirir, korkularımızı hafifletiriz. İçimize eşsiz bir rahatlık verir, gerginlikleri gideririz. Duâsız bir insan, ışıksız bir mahzene benzer. Duâ ile kendimizi Allah'a daha yakın hissederiz. Duâsız insan yalnızlığın karanlık mahbesi içinde çırpınan bir zavallıdır. Duâ ile benlik duvarlarını aşabiliriz, çünkü duâ engel ve uzaklıklar tanımaz, zaman ve mekânlar ona engel olamaz. Duâ ile sonsuz aczimizi yüce Allah'ın sonsuz kudretine bağlama saadetine ereriz. Duâ ile ruh gücünü kanatlandırırız. Duâda iç varlığımız aydınlanır. Duâda kendi gücümüzle değil, Allah'ın sonsuz gücüyle meydan okuruz.

Namazda "Bana doğru yolu göster, beni eğri ve kötü yollardan koru, bana kuvvet ver" demek suretiyle bir taraftan kendimizi, insanlık haysiyetimizi koruyup yükseltmeye yöneltirken öbür taraftan sınırsız güçsüzlüğümüzü Cenâb-ı Hakk'ın sonsuz

kudretine bağlar, ruhumuzda eşsiz bir enerji depo ederiz. Bir akümülatör zamanla boşalır. Onu bir kaynağa bağlayıp, şarj etmemiz gerektiği gibi, dış tesirlerle dengesi bozulan varlığımızı İlâhî feyizlerle beslemek ve ruhî bir enerjiyle doldurmak için en kestirme yol namazdır. Allah (c.c.)'ın azametini, yani eşsiz, büyüklük ve yüceliğini gereği gibi düşünen bir insan, tarifi imkânsız hayretler ve haşyetler içinde kalır. Yani bir çeşit hayret, korku, dehşet, coşkunluk ve heyecan içinde kalır. İşte her secdede bu hayret ve haşyetin ifadesi vardır. Madde plânında basit bir biberin acılığı nasıl yemeklerimize lezzet verirse, bu çeşit korku ve dehşetler hem ruha eşsiz bir zevk verir, hem onu yüceltir. Onu kirlerden arındırır.

"Malûmdur ki, bir valide, meselâ bir yavruyu korkutup sinesine celbediyor. O korku, o yavruya gayet lezzetlidir. Çünkü şefkat sinesine celbediyor. Halbuki, bütün validelerin şefkatleri, İlâhî Rahmet'in bir parıltısıdır. Demek, Allah korkusunda büyük bir lezzet vardır. Madem Allah korkusunun böyle lezzeti bulunsa, Muhabbetullah'ta (Allah sevgisinde) ne kadar nihayetsiz lezzet bulunduğu mâlûm olur."

Hapsedilen, baskı altında tutulan arzu ve meyiller, dışa vurulmayan hisler, iç varlığımızı kemiren bir ifrit olur, ruhumuzda derin yaralar açar, birçok sinir bozuklukları ve dengesizliklere yol açar. Halbuki ibadetler sayesinde bu duygu ve meyillerimizin yükselip incelmesi mümkün olur. Böylece ruhumuzda toplanan ve her an bir dinamit gibi patlama tehlikesi gösteren bu kuvvetli arzu ve meyiller yön değiştirir, derin duygulara, dinî heyecan ve coşkunluklara dönüşür. Cenâb-ı Hakk, Kur'ân-ı Kerim'de: "Namaz insanı çirkin ve kötü şeylerden alıkoyar" buyuruyor. Günlük yaşayışımızda bilerek veya bilmeyerek az çok vicdanımızı karartmış olabiliriz. Böylece benliğimiz ve ruhumuz suçluluk ve aşağılık duygusuyla yaralanmış olabilir. İç varlığımızdaki bu suçluluk duygusu haberimiz olmadan şahsiyetimizi,

benliğimizi zedeler, yaralar. İşte namaz içimizde infilâka hazır kötü kuvvetlerin, muzır madenler hükmündeki hislerin meydana çıkmasına engel olur, bizi menfî ve kötü davranışlardan frenler.

Vücudumuza batan ve orada kalan yabancı ve mikroplu bir cisim, isterse haberimiz olmasın, günün birinde orada bir yara ve iltihap meydana getirir. Tıpkı bunun gibi günahlarımız, kötü hareketlerimiz de ruhumuzda korkunç yaralar açar, er geç günün birinde patlak verecek bu yaraların nereden geldiğini de bilemeyiz. İşte ibadetlerle ve Allah (c.c.)'a yönelmekle ruhumuzda meydana gelen cerâhatların, zehirlerin dışarı atılmasına ve temizlenmesine bir yol bulabiliriz. Bugün kökünün ruhî olmadığını sandığımız birçok hastalıklarda ruhî tesirin büyük rolü olduğu anlaşılmıştır. Nice bedenî arızalar vardır ki, onları müzminleştiren duygu, fikir ve telkinlerimizdir. Bugün ruh ve beden tabâbeti (psikosomatik) denen bir ilim ortaya konmuş ve bu alanda dikkate değer araştırmalar yapılmıştır. Meselâ Rebecca Beard'ın eserinden şu satırları okuyalım: "Araştırıcılar kederin, herhangi bir heyecandan ziyade enerji sarfettiğini tesbit etmişlerdir. Şiddetli kederde beden kendine lazım olan enerjiyi sağlamak için kana bol miktarda şeker vermelidir. Keder süresi, aşırı derecede uzatılmazsa beden durumuna göre kendini ayarlar, fakat keder uzun süre içte saklanır ve beslenirse, beden bildiği tek biçimde cevap vererek, bünye sarfiyatını daha fazla şeker vermekle telafi eder. Heyecan veren herhangi bir olay karşısında bunun tamamiyle normal bir faaliyet olduğuna işaret olunur. İşin anormal tarafı içte saklanan, yani gönülde veya şuur altında tutulan kederdir ki, o takdirde vücut aylar ve yıllarca kana durmadan harıl harıl kan şekeri yetiştirir; böylece pankreas üzücü duyguların gidişine ayak uyduramayarak yorgun düşer, hücreler vazifesini istenen şekilde yapamaz olur. Vücudumuzdaki şekerin yanmasına hizmet eden insülini yeterince kana veremez, şeker

hastalığı meydana gelir. Hastaya insülin vermekle hastalığı hafifletmiş oluruz. Fakat tamamen iyi edemeyiz. Halbuki insan, tesirinde kaldığı üzücü duyguları DUÂ ile İBADETLER ile yatıştırarak ve duyguları daha yüksek duygulara dönüştürerek şuur altını bundan temizler ve böylece hastalıktan kurtulabilir. Bu çok güç bir iştir. Çünkü şeker hastaları içine attıkları bu gibi üzücü duyguları çoğu defa konuşmaktan kaçınırlar. Sürekli ve ısrarlı bir biçimde düşünme ve DUÂ vasıtası ile inatçı benliğimizi yenerek bundan kurtulmayı başarabiliriz. Yine bu alandaki araştırmalar göstermiştir ki, kuvvetli teessürî heyecanların kamçılanmasıyla yani tesiri fazla birtakım üzücü düşünce ve hâdiselerin bizde meydana getirdiği heyecanların büsbütün körüklenmesiyle gereğinden fazla kan alan mide hücreleri proteinleri sindirmek için daha fazla asit klorhidrik salgılar. Böylece fazla akan asit, midenin iç cidarlarını tahriş eder; ülser hastalığına yol açar."

İbadet yapmamak ve duâ etmemekten dolayı ruhları aç kalan nice insanlar vardır ki, medeniyetin bütün lüks ve konforu ellerindeki servet ve imkânlar onları mesut edememiştir. İç huzurdan yoksun olan bu biçâreler, vicdanları ile başbaşa kalmaktan korkarlar. Onların çılgınca eğlence ve kahkahaları iç varlıklarında tutuşan yangını maskelese bile kendilerini için için kemirmekten asla kurtaramaz. Hatırdan hiç çıkarmamak gerekir ki ruhun da beden gibi birçok ihtiyaçları vardır. Bu hususları gözden uzak tutan yanlış düşünce ve hükümler bugün insanlığı buhranlara sürüklemekte, kıvrandırmakta, onu gönül huzurundan yoksun bırakmakta ve felaketine yol açmaktadır.

İçimiz imân nuruyla parlamadıkça ruh yaralarına merhem olan İlâhî emirler yerine getirilmedikçe, ibadet ve duâlarla içimizi aydınlatmadıkça ne içimizin kasveti kaybolur, ne de dünya ve ahiret mutluluğuna kavuşabiliriz.

Bugün birçok hastalıkları meydana getiren çeşitli mikroplar keşfedilmiştir. Bazan yıllarca bu mikroplarla beraber yaşarız; hastalanmayız da acaba neden günün birinde onların pençesi altında kıvranırız? Çünkü o ânâ kadar vücudumuzun savunma sistemi, mikropları altedecek durumda idi. Peki niçin bedenimizin direnci birden kırıldı? Ruh ve beden tabâbeti (psikosomatik) bunu da ruhî sebeplere bağlamak meylindedir. Şöyle ki: Çeşitli ruhî gerginlikler, üzüntüler, korkular, imansızlık ve ümidsizlik vücut müdafaasını üzerine alan hücrelere tesir ederek âdeta onların direncini felce uğratıyor, böylece meydan mikroplara kalıyor. Savaşı kaybediyoruz. Zaten “Me’yusiyet (ümitsizlik) olmazsa, mağlubiyet olmaz.” [9]

İslâm'da Temizlik

“Allah çok temizlenenleri sever” (Tevbe, 108).

“Kim temizlenirse sırf kendi faydasına temizlenmiş olur” (Fâtır, 18).

Temizlikle ilgili Hadîs-i Şeriflerde şöyle buyrulmaktadır: “Allah’ın müslüman üzerindeki haklarından biri de o müslümanın bütün başını ve vücudunu yıkamak suretiyle her yedi günde bir gusül etmesidir.”

“Ellerinde et ve yağ kokusu eseri olduğu halde yatan bir kimse, bir hastalığa müptela olur ve hayvanlar ve haşarattan bir zarara uğrarsa kendinden başkasını kınamasın.”

“Yemeğin hayrı, yemekten önce ve sonra elleri yıkamaktır.”

“Uykudan uyandığınızda ellerinizi üç kere yıkamadıkça, başka bir kap içine sokmayın; çünkü ellerinizin nerelerde gecelemiş olduğunu bilemezsiniz.”

“Ey iman edenler, namaza kalkacağınız zaman yüzünüzü, (dirseklere kadar) ellerinizi yıkayın ve başınızı meshedip (to-

---

9) Dr. Fahreddin Akbulut’un “İlim Gözü İle İslamiyet” isimli eserinden alınmıştır.

puklara kadar) ayaklarınızı yıkayın. Eğer cünüp iseniz boy abdesti alın" (Mâide,6).

"Dişlerinizi misvaklayınız, zira bu hâl temizliktendir. Temizlik ise imana yöneltir. İmân da, sahibi ile beraber cennettedir" (Hadîs-i Şerif).

"Saçlarınızı, sakallarınızı, parmaklarınızla hilalleyin, kılların arasını ve diplerini temiz tutmaya çalışın. Tırnaklarınızı da kesin. Çünkü şeytan herhalde etle tırnak arasına girip orada faaliyet gösterir" (Hadîs-i Şerif).

Günümüzdeki laboratuvar araştırmalarından tırnakla et arasında mikropların barındığı, "bilhassa koli basili"nin orada kümelendiğini öğrenmekteyiz. İşte Peygamberimiz (s.a.s.) asırlarca önce insanların dikkatini temizlik ve mikroplar üzerine çekip uyarmıştır.

İstibra ve İstinca

Küçük abdesti bozduktan sonra idrar kesilinceye kadar bekleyip temizlenme tam yapılmazsa, idrar bulaşıkları sebebiyle zarardan geri değildir; amonyak ve fena koku meydana getirir; iltihab da meydana getirebilir. İdrar yolunun bir mikrop sakası olmaması için belsoğukluğunda istibraya dikkat etmek tavsiye olunur. İstibradan sonra idrar azasını yıkamak faydalıdır.

Büyük abdesti bozduktan sonra su ile taharet sayesinde def-i hâcet azasında pislik eseri kalmaması temin edilmiş olur. Kazuratta milyonlarca mikrop olduğundan su ile taharet yapılmazsa, bu mikroplar bazı iltihaplara ve bilhassa basur memesi taşıyanlarda bunların iltihaplanması kan zehirlenmesine kadar varan hastalıklara sebep olur. Su ile taharetlenmek "oksiür" denilen ve makatta kaşıntı yapan iplik gibi kurtlardan kurtulmaya, def-i hacette genişlemiş olan kalın barsağın toplanmasına, ıkınma ile kalın barsağa hücum eden kanın geri çekilmesine; tenâsül âzâsının damarlarının kuvvet bulmasına, idrar kesesi, karaciğer ve

barsakların faydalanmasına, hazımsızlığın düzelmesine, kabızlığın giderilmesine ve kanın deveranını tanzime sebep olur. Su ile taharetlendikten sonra temiz taharet bezi ile kurulanmalıdır. Parmaklarda ve tırnakların arasında mikrop kalmamasını temin için su ile taharetlendikten sonra elleri sabunla iki-üç defa iyice yıkamak lâzımdır. Tırnakları kesmek de hadîslerde tavsiye edilmiş. Altlarında zararlı şeylerin gizlendiği ifade edilmiştir.

Abdest

Abdest öyle mevzii bir yıkanmadır ki, onda soğuk su kullanılmasıyla derideki kılcal damarlar toplanır, sonra tekrar eski haline gelmekle, vücuda büyük bir fayda temin eder. Evvela kan durgunlukları ortadan kalkar, kalb atışları artar, kandaki alyuvar sayısı çoğalır, vücuttaki değişmeler hareketlenir, solunum hareketlenir, kuvvet kazanır. Alınan oksijen miktarı artarak verilen karbondioksit miktarı fazlalaşır. Açıkta bulunan organları yıkamanın da, vücut üzerinde idrar ifrazı, zehirli maddeleri çokca boşaltma, yemek iştahını açma, hazmı kolaylaştırma cilt ve hareket sinirlerini uyarma gibi umumî bir tesiri vardır. Bu uyarma bütün boyun, ciğer ve mide damarlarına, oradan da bütün organlara ve bezlere intikal eder.

Ağız temizliği, su ile gargara yaparak, teneffüs yolları ve ağız vasıtasıyla bulaşan hastalıklardan koruyucudur. Aynı şekilde ağız ve burun içlerini hergün soğuk su ile birkaç kez yıkamak damak ve boğaz iltihapları ile nezleden en mühim koruyucudur.

Yüz, el ve ayakları yıkamak cilt hastalıkları ve iltihaplar için en güzel bir korunmadır. Zira mikroplardan bir çoğu insana deride yerleşmek suretiyle bulaşır. Aynı şekilde parazit bakteriler de vücuda deri yolu ile dahil olur. Şüphesiz tekrar tekrar yıkamak, basit ve yapıcı bir koruyuculuktur. Çünkü cildin dış tabakası, deride bir kabuklaşma veya çatlama meydana gelmedikçe

mikropların bedene girmesini engeller. Bu ise temizlik eksikliği neticesinde meydana gelir. Deri, cidden vücut için mühim bir vazife yapmaktadır. O da, kendisinde bulunan binlerce bezden ter ifraz etmesidir. Ter ise, yağlı ve tuzlu maddeleri ihtiva eder. Su, buharlaşınca, yağlı tuzlar geriye kalıp, deri üzerinde birikir. Bu tuzlu ve yağlı maddelerle deri kirlenince ter gözenekleri kapanmış oluyor. Bunun neticesinde terleme olayı gerektiği tarzda cereyan ediyor. Yine deri kirlenmesi -yavaş yavaş zehirlenme yaptığından- mide rahatsızlıkları doğurur. Şüphesiz deri ve tırnak temizliği, beden sağlığımızın en mühim icaplarındandır.

Böylece, el ve yüzü günde birkaç defa, bilhassa yatmadan, uyandıktan sonra ve tuvalet akabinde iyice yıkamak şarttır. Aynı şekilde insanın idrar vs. ifrazat yerlerinin yıkanmasına itinâ göstermesi lüzumludur. Ağız temizliği ise en mühim bir zaruret arzeder. Çünkü ağız temizliğini ihmal, yemek artıklarından ağızda mikropların çoğalmasını ve diş etlerinin bozulmasını netice verir, böylece dişlerin ve diş etlerinin cerahatı vücut için ciddi bir tehlike kaynağı olur. Bu sebeple günde en az iki defa dişleri yıkamak gerekir.

Gusül (Boy Abdesti)

Boy abdestinde de, dinî faydaların yanında pekçok tıbbî ve sıhhî faydalar vardır. Çünkü boy abdesti, guslü gerektiren hallerde sarsılan sinirlerin neticesinde vücudda meydana gelen gevşeklik ve uyuşukluğu gidermekte en tesirli bir ilaçtır. Boy abdesti vücudda umumî bir uyanıklık meydana getirerek onu, sükûnete kavuşturur ve insanı bedenen ve ruhen dinlendirir. Ayrıca gusül, cildi harekete geçirerek kan dolaşımını kolaylaştırır, iştahı açar, sinirliliği giderir ve kılcal damarları faaliyete geçirdiğinden soğuğa karşı vücudun direncini arttırarak soğuk algınlığını önler.

Kolları Yıkamak Mükemmel Bir Kalb İlacıdır[10]

Kolları yıkama (kol banyosu) genel su tedavisinde ve özel olarak kneipp su küründe, iyi şekilde tatbik edilmektedir. Ancak "kolları yıkamaya" gereken önem halk tarafından verilmemiştir. Gerçek şu ki, bu kolları yıkama (kol banyosu) yüksek değere sahip devâ hazinesinin bir pırlantasıdır.

– Kol banyosu, kolların bir kap içindeki soğuk suya sokulup, 30 saniye kadar su ile temasa bırakılması ile icra edilebilir. Kolların yıkanmasını müteakip, kurulanıp kapatılmalıdır. Bundan sonra ayakta iken veya yavaş bir yürüyüş esnasında, 1-2 dakika kadar yavaş şekilde hareketler yapılmalıdır.[11]

Bu yumuşak hareketin önemi büyüktür (Abdest aldıktan, guslettikten sonra salat-ı vuzû yani abdest namazı sünnettir). Çünkü, bu hareketlerin husûle getireceği merkezkaç kuvvet sayesinde, kolları yıkamanın asıl büyük faydası tezahür edecektir. Bu hareketler, gerekli ısıyı temin bakımından da iyidir. Akılda tutulması gereken başka önemli bir husus, kolları yıkama işleminin, gündüz ve gece, istenildiği nisbette tekrar edilebilmesidir.[12]

– Bu şekilde tatbik edilen kolları yıkama, özellikle kalbinden şikayetçi olanlar tarafından çok sevilip, takdir edilmektedir. Böyle yüzlerce hasta, bu kıymetli tedavi şeklini kendilerine bildirdiğimden dolayı, bana teşekkür ettiler. Kalb üzerinde baskılar, etrafında batmalar, huzursuzluk vs. kolları yıkama ile hafif-

---

10) Bu yazı Die Kneippkur, Die Kur der erfolg (s. 163-165) Sanifaefsrat Dr. Albert Schalle, 14. Baskı Ehrenmürth Verlag München, 1957 (Başarılı Tedaviler)Adlı meşhur eserinden tercüme edilmiştir. Tercüme M. Deniz Oktay (İsviçre). Bu Kitabın 1931'de ilk baskısı yapılmıştır. Kısa zamanda 140.000 adet basılmıştır. Ondan sonra da çok baskıları yapılmış, daima sorulan, aranan bir eser olmuştur. İnsanlığın nişletip inkişaf ettirdiği "Su ile Tedavi Sanatı" (Wasserheilkunst) nı, Dr. Schalle kendi uzun yıllar edindiği tecrübelerinin neticeleri ile birlikte bu kitabındaele almışi ortaya koymuştur. Dr. Schalle, kitapta geçen tedavi usûllerini, binlerce hastası üzerinde tatbik etmiş, daima başarılı tedaviler yapmıştır. kitabın gayesi, herkese basit ve sade tedavi usullerini göstermek, hastalara yardımi sıhhatli olanları da iyi ve muntazam bir yaşayış tazına sevk etmektedir.

11) İnsan ayakta iken beyne giden ve beyin için iyi bir besleyici olan glikoz miktarının % 25, rükû halinde %40, secde halinde ise %75 oranında olduğu da bilinmektedir. Ay'a giden astronotların feza aracında yatış vaziyetinde bulunmaları da dikkati çekmektedir.

12) Meselâ: Namaz kılan bahtiyar ve sevgili insanlar, kollarını (diğer âzaları ile birlikte) gece-gündüz, Yaz-kış tekrar ve tekrar yıkarlar

lemekte, ekseri halde yok olmaktadır. Rahatsız edici kalb çarpıntılarında da çok müspet tesiri görülmektedir. Kalb krampları denilen rahatsızlıklarda, 40 derece sıcak su ile kolları 1-2 dakika yıkamak, tavsiyeye şayândır. Bunun neticesinde derhal bir rahatlama olur. Nefes darlığı, ağır astma vakâlarında, sıcak kol banyosu (sıcak ayak banyosu ile beraber) hafifletici, rahatlatıcı tesire haizdir.

– Kollardaki romatizma ve nevraljik ağrılarda, nikris kan zehirlenmelerinde, sıcak, kuru ot çiçeği, kol banyoları harika hizmetler görür. Bunun için, kollar, önce iki dakika 40 derece sıcaklıktaki kuru ot çiçeği suyuna (Heublume absud) daldırılır. Sonra 30 saniye soğuk suya konularak iki defa değiştirilir (gün boyunca bir veya çok defa tekrarlanır). Ağır nikris hastalığına duçâr olmuş ellerin, mezkûr kol banyosu ile tamamen iyileştiğine şahit oldum.

– Nâhoş bir durum olan, soğuk veya çok sıcak eller, (her iki durumda kan dolaşımındaki aksaklıklara işarettir). Aynı zamanda çok terleyen eller, uzun süre kolları yıkamaya devam etmek suretiyle muhakkak sıhhat bulur ve normal duruma dönerler.

– Sinir ve kalb hastaları, soğuk kol banyosunu her gün öğleden önce ve sonra alabilirler.

– Her sağlıklı kişi de kol banyosunu sık ve devamlı tatbik edebilir.

– Harikulade ferahlatıcı ve teskin edici hassaya sahip, bilhassa aşırı heyecan durumlarında, yorgunluk hallerinde, hayret verici bir tesir gösteren, bu basit ve tam etkili “kolları yıkama” işi yapılmalı, her zaman buna devam edilmelidir.13

---

13) Hamd olsun bizi yaratan Rabbimize ki, bizleri mesut etme, her yönden kemâle erdirmek, ferahlık ve sağlık içinde hatat sürebilmemiz için, namazıve ona hazırlık olrak abdest almayı emir buyurmuş. Böylece birçok buyrukları ihtiva eden, Hak ve son Din İslâm’la şereflendirilmiş kimselere ne mutlu!. O yüce dînî bizlere ileten, bu uğurda her türlü çile ve meşakkate fedakârlıklara katlanan, Aziz Peygamber’e salât ve selâm olsun. O’nun deniz ve yıldızları kıskandıracak parlak ashabına ve ehl-i beytine bütün kalbimizle nimet ve şükran olsun...

– Zor ve yorucu çalışma neticesi evine dönen kimseler, yemeğe oturmadan evvel, (yemekten önce elleri yıkamak sünnettir) kollarını yıkamalıdırlar. O zaman, vücutları ferahlayacak, ruhen teskin olmuş ve zinde şekilde yemek yiyecek, iki misli lezzet ve fayda temin etmiş olacak.

– Kolları yıkamanın faydaları çok yönlü olup ehemmiyeti, insan sağlığına müspet yönde tesiri büyüktür. Bilhassa yukarıda da işaret ve izah edildiği gibi, kalbinden şikayetçi olanlar (kalb hastaları) için terk edilmemesi gereken bir zarurettir.

– Kolları yıkamanın (bilhassa soğuk su ile) psikolojik etkisi, sinir sistemi üzerinde husûle getirdiği yapıcı (müspet) fonksiyondan neş'et eder (Ferahlama, hafifleme durumu, kalbe ve beyne intikal eder). Kan dolaşımına da tesiri müspettir (kalbin yükü hafifler ve işi kolaylaşır). Tansiyon normal bir hâl alır.

– Kolları yıkama gerçekten ideal bir kalb ilâcı olup, asla zararı olmaz. Sonra bu banyonun özelliği, fakir ve zengin, sıhhatli ve hasta herkes tarafından, her zaman tatbik edilebilmesidir.

– Kolları yıkama ameliyesinin özelliği, kalbi ve kasları kuvvetlendirici fonksiyonunu aynı zamanda yumuşak ve teskin edici sinir ilaçlarını kendisinde toplamış olmasıdır.

– Kolları yıkamanın bütün bu sayılan faydaları, müspet fonksiyonları bir yana, en güzel tarafı, asla zarara yol açmamasıdır.

Bu basit fakat şâyân-ı hayret bir tesire sahip, mükemmel vasıtayı tanıyıp tatbik etmiş herkes artık bundan bir daha vazgeçmek istemeyecektir. Kolları yıkama, devâ hazinesinin, enfes, en yüksek değere sahip bir pırlantasıdır.

Ayakları Yıkamak[14]

Ayakları soğuk su ile yıkama, kısmî banyo olarak, umumî kullanıma müsait ve hıfzısıhhada önemli yer işgal etmesi gereken bir usûldür. Bu kısmî banyo, ayakta veya oturularak yapıla-

14) Sur Dergisi, 92. Sayısındaki Ayakların Yıkanması.

bilir. Soğuk su ile ayakları yıkamanın normal müddeti, 1-2 dakika kadardır. Suyun soğukluk derecesine göre, bu süre ayarlanabilir.

Ayakları yıkamada; ferahlık, dimağı dinlendirici, kan dolaşımını tahrik edici hassalar mevcuttur. Soğuk su ile ayakları yıkamada, çok büyük öneme haiz alıştırma-sertleştirme tesiri dikkate şâyândır. Bu şekilde ayaklar ne kadar çok soğuk suyun tesirine alışırsa, o derece çeşitli hastalıklara ve hastalanmalara karşı vücut direnç kazanır. Ayak banyosu, düztabanlık şikayetlerinde, ayak bileği (incinme) iltihaplanmalarında (Fussgelenksentzündungen) ve varislerde de, müspet iyileştirici rol oynar. Kolayca ısınmayan ve devamlı ayakları üşüyen kimseler, değişimli ayak banyosu almalıdır. Bunun için, ayaklar önce 40 derece sıcak suya sokulur (2 dakika), arkasından soğuk suya (yarım-1 dakika) ve böyle tekrar edilir. Bu şekilde ayak yıkama, haliyle normal ayak yıkamaya nazaran daha etkilidir. Böyle yıkama, kan damar sinirleri üzerinde, mükemmel bir esneklik ve kuvvetlendirici tesire sahiptir. Deriyi tahrik edici, canlandırıcı fonksiyonu arttırmak için, mezkûr sıcak-soğuk ayak banyosunda, (birinci sıcak banyo suyuna), ilaç otlarının ilavesi faideli olur (Meselâ: Çam ağacı iğne yaprakları) Heublumen (Ot çiçekleri), papatya çiçeği (Zinnkraut)...

Kneipp, özellikle tuz ve odun tozu ilavesini tavsiye etmiştir.

Prensip olarak, ayakları ekseri zaman üşüyen kimseleri, soğuk su ile ayak banyosu yapmayıp, ya önce ayakları uygun hareketlerle ısındırmalı veya ayaklar ılık su ile yıkanmalıdır.

Başta izah ettiğimiz, basit tarzdaki ayakları yıkama herkes tarafından, bilhassa akşamları yatmadan evvel tatbik edilmelidir. Bundaki fevkalâde müsbet tesir, kendisini öyle gösterir ki, uzun zaman ayaklarını yıkamaya devam eden kimse, artık bunu bı-

rakmaz ve her zaman bu çok faydalı dinlendirici, ferahlandırıcı tesirleri olan kısmî banyoyu yapar.

Gün boyunca zihnen çalışan ve dolayısıyle yorgunluğa uğrayan, başına kan hücumuna meyyal kimseler, bu günlük ayak banyosunu, bilhassa akşamları uykudan evvel, alışkanlık haline getirmelidir. Ayakları yıkama, her gün yapılması gereken ve yapılabilecek bir işlemdir...

Yukarıda, Dr. Albert Schalle'nin, bilgisi ve uzun yıllar Kür Merkezlerinde edindiği tecrübelerine dayanarak hazırlamış olduğu "Die Kneippkur" (Başarılı Tedaviler) adlı kitabında bahsettiği ayakları yıkamayı, abdest alan insanlar, her zaman, her günde yaparlar... Demek ki, abdest gibi ve diğer çeşitli kuralları koyan İslâm dini, insana yüklediği her mükellefiyet, her vazife ile, yine onun iyiliğini, sağlığını, ruhî ve bedenî sıhhatini, kurtuluşunu hedef almış...

Bugün dünyanın çok yerlerinde, özellikle maddeten terakki etmiş Batı ülkelerinde, insanların vücut sağlıklarına ilgilerinin artması, itina göstermeleri sonucu, elbette, İslâm dininin böyle sağlığı temin edici prensipleri onların dikkatini haliyle celbedecek...

İslâm Sarayı'na bakıp inceleyebilmek için, mevcut yüzbinler pencereden işte birkaçı... Ve o saraya dahil edici milyonlar kapıdan bazıları...

İslâm, şu veya bu milletin, ırkın dini değil, bütün insanlığı kucaklayan, beşeri kurtuluşa, ebedî saadete davet eden ve kendisine tâbi olup, uyanları daimi saadete götüren bir dindir...

O dini tebliğ eden zât, Hazret-i Muhammed (s.a.s.) ise, yalnız Arap, Türk, Acem vesairenin değil, bütün insanlığın ve cinlerin rehberi, peygamberi, saadet tâcıdır...[15]

Elverir ki: İnsanlar O Zât'ı tanıyıp, kabul etsinler!..

---

15) Die Kneippkur: Die Kur der Erfolge Dr. Elbert Schalle 14. Baskı, E. Verlag, München 1957, (s.87-88).

Kirliyan Fotoğrafları ve Gusül

Yüksek frekans altında çekilen resimler enerji bedeni ortaya koymaktadır. Bunlar ruhun fotoğrafı değil fakat ruha giydirilen misâli bedenin yani o kişiyi andırır, seyyal bedenin görüntüsüdür. Misâli beden çok ince bir maddedir ki, esir veya benzeri akıcı bir varlıktır. Biyologlar ve psikiyatristler, insanın manyetik sahaları ile sıhhatinin hissî ve fizikî durumları arasında bir alâkanın olduğunu ortaya koydular. Yani Kirliyan metodu ile çekilen resimlerde insanların yorgun veya hasta olup olmadıkları tesbit edilmektedir. Kanserli doku, sıhhatli dokudan açıkça ayırt edilebilmektedir. Ayrıca bu metodla gusül icab ettiği durumlarda, koronanın sertleşip garip bir renk değişikliği gösterdiği müşâhede edilmiştir. Bunlar, "İslâm'ın gusül" de olduğu gibi, bütün bedene su değdikten veya duş aldıktan sonra normal vaziyete dönüyor.

Misvak ve Dişler

Dişler sağlam yapıları ile sahibinin ölümünden uzun yıllar sonrasına kadar dayanabilmelerine rağmen bakımsızlık sebebiyle ilk kaybedilen organ sırasını da alabilir.

Düzgün konuşmanın ilk şartı olan dişler, yokluğunda, psikolojik menfî tesiriyle dikkatleri üzerine çekmiştir.

Ön ve köpek dişleri kesip parçalamaya yararlar. Yokluğunda yüz estetiğinde korkunç uyumsuzluk hâsıl olur. Azıların olmaması ise öğütme işleminin eksikliği ile neticelenir ki; hazımsızlıkla başlayan ve çeşitli sindirim yolu bozukluklarına sebep olan durumlara yol açtığı gibi, yanakların içe çökmesiyle neticelenen bir görünüm bozukluğu tablosunu da verir.

Umumen bütün dişler besinleri parçalaması açısından lezzet almamızı sağlarlar. Çiğnemeden yuttuğumuz yiyeceklerden aldığımız lezzet çok azdır.

Dişlerin en büyük düşmanları ağızda kalan yiyecek parçalarında çoğalan bakterilerdir. Bunlar besinleri mayalandırıp, ürettikleri asitle dişi deler ve derine inerler. Diş çürüğü adını verdiğimiz bu olay mine üzerindeki çatlaklardan bakterilerin direk girişi ile de olabilir. Bu patolojik durumu önlemek, ihmali halinde çabuk müdahale (dolgu) diş kaybına nazaran daha ucuz, ağrısız ve daha tutarlı bir yoldur.

Ağız, diş ve diş eti sağlığı bakımından diş paslarının da ehemmiyeti büyüktür. Bakımsız ağızlarda dişlerin çiğnemeye katılmayan bölgelerinde beyaz sarımtrak renkteki yumuşak diş pasları, uzun zaman ağızda kalırlarsa pis koku ve kötü lezzet verirler. Bakımlı dişlerde sabah temizliğinden önce görülüp 24-48 saat içinde bir mm kalınlık kazanabilir. Eski paslar mine için tehlikeli olduğu gibi diş etine de zararlıdır. Tükürüğün tesirinin yanında, paslar; diş taşları için bir başlangıçtır.

Umumiyetle iki sınıf altında toplanan diş taşları diş ile diş eti arasına birikerek irtibatı keser ve buralarını bakteri yuvasına döndürür. İltihaplara, kanamalara, harâbiyetlere, dolayısıyle dişin kısa zamanda göçüne sebebiyet verirler.

"Salvadora Persika" adı verilen, "Erak" ağacının kök ve dallarından elde edilen misvak, Peygamberimiz (s.a.s.) tarafından tavsiye edilmiştir. Bu fırça, adı geçen ağaçtan kesilen parçanın, kabuğu 1-2 cm sıyrılıp suda yumuşatılarak liflerinin açığa çıkması ile elde edilmiş olur. Doğu Afrika'dan Hindistan'a kadar olan bölgelerde yetişen bu step bitkisi bol, ekonomik ve pratiktir. Taşınması kolay, formalitesi azdır. İnsana faydalı bir alışkanlık olan devamlı fırçalamayı kazandırır. Meyvesi yenen güzel kokulu bu bitkinin şu tıbbî faydalarından söz edilir ki; diş fırçalarına nisbeten bir kıyaslama yapabiliriz:

1) Antiseptik bir hususiyeti vardır.

2) Kokusu tükrük salgısını artırdığından diş etlerinin kurumasını önler.

3) PH'ı tükrük PH'ı ile aynıdır. Dolayısıyla yabancı cisim reaksiyonu göstermez (Diş fırçalarında ise PH'tan bahsedilemez. Ağız için tamamen yabancı bir cisimdir).

4) Ege Üniversitesinde yapılan bir araştırmada, liflerinde baklava dilimi şeklinde "anizotrop" basit prizmatik billûr kristallerinin varlığı tesbit edilmiş, bunların "kalsiyum oxalat" olduğu anlaşılmıştır. Bunun ise mekanik temizliğe tesiri büyüktür.

5) Yine aynı araştırmada tesbit edilen saprofit gram (-) bakterilerinin de faydalarından bahsedilmiştir.

6) Bu nebatî fırçanın aktif kısmı haftada bir değiştirilerek yeni bir fırça kullanma avantajı kazandırır.

7) Toz haline getirilmiş köklerinden macun yapılır. Kökleri kaynatılıp içilirse "bel soğukluğu" hastalığını önler. Dalak bölgesi ağrıları için çorba kıvamında içmek gerekir.

8) Diş macunları ileri derecede bazik olduğundan ağız içi dengesini bozar. Misvakta ise yüksek konsantrasyonlarda asit veya bazik tabiatta maddeler yoktur.

9) Bütün fırçalama metodlarına uygulanabilmesi, ağaçtan elde edildiğinden istenilen boy, kalınlık ve şekilde temini, fırçalama anında liflerinin elektrikli diş fırçalarında olduğu gibi rotasyon yapması, kuvvet fırçaya dik uygulandığından mumlu diş iplikleriyle yapılan temizliğin eldesi onu kıyas yapılmaz bir üstünlüğe eriştiriyor.[16]

Namaz Hareketleri

Koruyucu hekimlikte muayyen zamanlarda yapılan beden eğitimi hareketleri çok mühimdir. Beş vakit namazda bu durum çok açıktır. Çünkü namaz vakitleri, hareket için tavsiye edilen en münasip vakitlerdir.

Sabahleyin, gün doğmadan temiz hava almak, uyku uyuşukluğundan... Öğle vakti, çalışmanın vücuda verdiği yorgunluk-

16) Dr. M. Ayvalı, Sızıntı Dergisi 3. sayı.

tan... İkindi, işin sonuna yaklaşıp vücudda ciddî bir yorgunluk olmasından (hatta durmadan aynı işle meşgul olanlarda meslek hastalıkları, ruhî buhranların da olduğunu biliyoruz)... Akşamleyin, işlerin bitirilip gece istirahatine hazırlanmaya başlanmasından dolayı... Yatsı ise, insanın gününü bitirdiğinden dolayı vücudun kayıplarını karşılamak, yorgunluk ve gevşekliğini gidermek, kan dolaşımını tazelemek ve teneffüsü canlandırmak için, insanın beden hareketleri yapması lâzım gelen en münasip vakittir.

Rükû ve secdeler, bütün organları canlandıran kan dolaşımı için en iyi bir usûldür. Onun için namaz, sindirimi takviye edici ve iştah açıcıdır.

Rükû, sırt ve mide kaslarını takviye eder, aynı zamanda midenin cidarı üzerinde meydana gelen yağları giderir.

Secde ise, baldır ve uyluk kaslarını, bağırsak faaliyetleri ile mide cidârını takviye ettiği gibi, kanın, vücudun her tarafına ulaşmasını da temin eder.

Yine secde, kasların za'fiyeti ile bezlerin hareketli olmasından meydana gelen mide cerahatlenmesi gibi hastalıklardan muhafaza eder. Namazda kol, bacak ve kafa hareket eder, bu hareketler ise, bütün kaslara, eklemlere ve kemiklere ulaşır.

Namaz, vücudun üst tarafındaki kanı indirme ameliyesi gösterir. Bu sebepten, tansiyon yüksekliğinden muzdarip hastalar, namazı tam olarak kılarlarsa açıkca faydasını görürler.

Namaz, sinir sistemine rahatlatıcı bir tesir yapar, kalb atışlarını takviye eder, dolaşım aksaklıklarını giderir, buhranı söndürür ve ızdıraplardan rahatlatır. Hatta ızdırapların şiddetinden sinirleri bozulup uykusuzluk rahatsızlığı çekenler için bile yerinde bir tedavî sayılır. Evet uykuyu tanzim eden en mühim unsur namazdır. Çünkü ruha ve sinirlere rahatlık, huzur, sükûnet ve güven vermekte, bugüne kadar bilinen en mühim vasıta namazdır.

En mâhir ve en meşhur doktorların, hiçbir ümit ışığı bulamadığı binlerce ahvâl vardır ki, namazın hârikalarından yalnız biri ile şifa ve sıhhate kavuşmuştur. Sanki namaz radyum cevheri gibi bir ışık kaynağıdır.

Namazın tesiri, patolojik hallerde meselâ britonik verem, kemik iltihabı, cerahatli yaralar ve daha başka çeşitli hastalıklarda muzdarip hastaları şifâya kavuşturmada görülmüştür.

Kutuplarda İbadet

Kasıtlı olarak bazı sorular üretilmektedir. Bunlardan birisi de kutuplarda ibadetin nasıl yapılacağı sorusudur. Hiçbir meselede açık ve gedik bırakmayan İslâmiyet bu meseleyi de halletmiştir. Hem Sahih-i Buharî'de hem de Ahmet b. Hanbel'in Müsned'inde geçtiğine göre, Peygamber Efendimiz (s.a.s.) buyurmuştur ki: "Dinden dönüldüğü zaman deccal çıkar." Başka bir rivayette: "O şarktan zuhur eder ve kırk günde dünyayı bir baştan bir başa dolaşır. Onun bir günü sizin bir seneniz ve bir günü de vardır ki, bir ayınız, diğer bir günü bir haftanız, sâir günleri ise sizin günleriniz gibidir" buyuruyor. Sahâbî soruyor: "Mikdarı bir sene olan o günde, bir günlük namaz yeter mi?" Cevap veriyor: "Hayır, takdir ve hesap edersiniz." Yani bütün bir gece ve gündüz olan ayları ve haftaları 24 saatlik günlere böler, ibadetinizi ona göre yaparsınız. İşte buna göre o mıntıkaya en yakın yerin vakit cetvelini kullanarak ibadetleri edâ ederiz. Kutuplarda yaşama mecburiyetinde kalan insanlar nasıl ki, yemek, çalışma ve uyku saatlerini normal 24 saate göre ayarlayacaklarsa, oruç ve namaz gibi ibadetler için de vakitlerini uygun şekilde ayarlayacaklardır.

Günah Psikolojisi

Günah kalbe işleyip, siyahlandıra siyahlandıra tâ imân nurunu çıkarıncaya kadar katılaştırıyor. Herbir günah içinde küfre

(inkâra) gidecek bir yol var. O günah, istiğfar edilerek çabuk imha edilmezse, küçük bir manevî yılan olarak kalbi ısırıyor.

Bu mevzuda Mutaffifîn sûresinin âyetlerinde şöyle buyruluyor: “Yalanlayanların vay haline!... Ki onlar, hesap gününü inkâr ediyorlar. Halbuki onu, ancak her azgın günahkâr inkâr eder. Ona âyetlerimiz okununca: “Geçmişlerin masalları” demiştir. Hayır onların zannettikleri gibi değil. Doğrusu onların kazandıkları günahlar, kalblerini kaplamıştır.” Âyetlerden anlaşıldığına göre: Dini yalanlayanlar, haddini aşan, günaha düşkün kimselerdir. Ceza günü olan kıyamet gününe inanmak hoşlarına gitmediği ve keyiflerini kaçıracağı için, din gününün aslı yoktur, derler. Allah’ın âyetlerine geçmişin masal ve efsaneleri nazarı ile bakarlar. İşte bütün bunların sebebi: Kazançları, kazanıp durdukları ve kâr sandıkları günahların kalblerinin üzerine pas bağlamasındandır. O kalbler, o günahları itiyad edip alışa alışa pas tutmuş aynalar gibi körlenmiş kararmıştır da artık duymaz ve göstermez olmuşlardır. İmam Ahmed ve Tirmizi Ebu Hureyre’den şu Hadis-i Şerif’i rivayet etmektedirler: “Kul bir günahı işlediği vakit, kalbinde siyah bir leke yapar. Eğer tevbe edip çekinir, istiğfar eylerse, kalbi yine parlar, döner yine yaparsa o leke artar, nihayet kalbini istilâ eder.”

Zamanla günahların lekelerinin kalbi tamamen karartması ile inkâr duygusu gelişmiş olur. Meselâ, utandıracak bir günahı gizli işleyen bir adam, başkasının haberdar olmasından çok utandığı zaman, meleklerin ve ruhânilerin varlığı ona çok ağır geliyor. Küçük bir emare ile onları inkâr etmek arzu ediyor. Hem meselâ, Cehennem azabını netice veren büyük bir günahı işleyen bir adam Cehennem’in tehditlerini işittikçe istiğfar ile ona karşı siper almazsa, bütün ruhuyla Cehennem’in yokluğunu arzu ettiğinden, küçük bir emare ve bir şüphe, Cehennem’in inkârına cesaret veriyor. Hem meselâ, farz namazını kılmayan ve kulluk vazifesini yerine getirmeyen bir adam, küçük bir amirinden, küçük

bir vazifesizlik yüzünden aldığı tekdirden müteessir olduğundan, Ezel ve Ebed Sultanı olan Cenâb-ı Hakk'ın ısrarlı emirlerine karşı farzında yaptığı bir tembellik, büyük bir sıkıntı veriyor ve o sıkıntıdan arzu ediyor ve manen diyor ki: "Keşke o kulluk vazifesi bulunmasa idi." Ve bu arzudan, Allah'a karşı mânevî bir düşmanlığa işaret eden bir inkâr arzusu uyanır. Allah'ın varlığına karşı bir şüphe kalbine gelse, kat'î bir delil gibi ona yapışmaya meyleder. Büyük bir helâk kapısı ona açılır. O bedbaht bilmiyor ki, gayet cüz'î bir sıkıntı, kulluk vazifesinden gelmesine karşılık, inkârda milyonlar ile o sıkıntıdan daha müthiş mânevî sıkıntılara kendini hedef eder. Sineğin ısırmasından kaçıp, yılanın ısırmasını kabul eder.

İbadette Maddî Menfaat Düşünülmez

İbadetin ruhu, ihlâstır. İhlâs ise, yapılan ibadetin yalnız emredildiği için yapılmasıdır. Eğre başka bir fayda ve hikmet ibadete illet (gerçek sebep) gösterilirse, o ibadet bâtıldır. Faydalar, hikmetler yalnız tercih vesilesi olabilirler; illet olamazlar. Meselâ, beş vakitte namaz kılan adam Allah'ın emrini yerine getirmek ve bu suretle uhrevî mesûliyetten kurtulmak maksat ve düşüncesiyle değil de namazın vücut üzerinde güzel bir jimnastik tesiri meydana getirdiğine kanaatı olduğu için kılarsa namaz sahih olmaz. O bir beden eğitimi olur.

Akıl ve hikmetin icabı da budur. Meselâ hürmetkâr bir vaziyet almasını emrettiğiniz hizmetçileriniz, bunu emrinize itaatten değil de kendi vücuduna fayda verecek bir çeşit idman maksadiyle yaptığını ve bir hizmet için bir yere gönderdiğiniz vakitte söylediğiniz işi görüp geldikten sonra, oraya kendisini sizin emrinizden dolayı değil de sırf bir gezinti yapmak düşüncesiyle gittiğini söylese size karşı vazifesini yerine getirmiş sayılır mı? Hatta o terbiyesiz herifi kapınızda tutar mısınız? Hizmetçileriniz, emriniz altındaki kimselerin böyle hallerine dikkat ettiğiniz gibi,

akrabanız olan dostlarınız bile size karşı tavır ve hareketlerinde, hatırınızı saymak veyahut kendi menfaatlerini kollamak maksatlarından hangisinin tesir icra ettiğini nazar-ı dikkate alır dostluklarındaki ciddiyet ve samimiyeti ayarlarken en büyük ehemmiyeti bu manevî noktalara atfedersiniz.

İşte bu gibi mâkûl sebeplere binaen İslâm dininde niyetin büyük bir yeri vardır. İnsan bir iş yapacak ve bu işte kulun Rabb'ine karşı dinî bir vazifeyi yerine getirmesi mahiyetinde bulunacaksa, mutlaka o işin Allah rızası için yapılmış olması gerekir. Öyle ya, bakalım; yaptığımız bir işte Allah'ın emrini mi düşündük, yoksa kendi istifademizi mi? Kendi menfaatimizi düşündük de yaptıksa, bizim için gizli ve açık bir ihtiyacın tatmininden ibaret olan o işi artık bir dinî iş saymak, yani Allah'a mâl etmek mümkün olmaz. Hatta eğer Cehennem'den kurtulmak ve Cennet'e girmek gibi menfaati kula ait olan uhrevî maksatlar dinî vazifelerin gayelerinden olarak gösterilmeseydi adı geçen vazifelerin yerine getirilmesinde o gibi uhrevî menfaatler nazarı itibara almak da caiz ve uygun görülmeyerek, sırf Allah rızasına uyulması, emir ve yasaklara göre hareket esasına dayandırılması lâzım gelirdi. Bununla beraber ileri gelen mü'minlerin nazarında dinî hükümlere gaye olmak için, uhrevî maksatlar bile çeşitli derecelere ayrılır.

İbadeti, âdetten ayırmak için dünya ve ahiret menfaatleri kâfî ve mâkûl birer ölçü teşkil eder. İlâhî ve uhrevî bir maksatla yapılan şeyler ibadet, dünyevî bir menfaat elde etmek için yapılan şeyler de âdet veya işin gerektiği çeşitten olur.

İnsanın; dine, ahirete ait vazifelerine varıncaya kadar her işinde maddî menfaatler aramaya alıştırılması, herşeye tercih ederek kendine bencillik ve menfaatperestlik hissini telkin eylemektir. Halbuki din, insanların yaratılışında, hiçbir tavsiyeye muhtaç olmadan esasen mevcut olan bu türlü hisleri değiştirerek maddiyattan fedakârlığa alıştıracak ve yüceliği ilerletmeye hizmet edecektir.

Dinî hükümlerin dünyevî gayelere dayandırılması uygun olamayacağı, akıl yönünden idrak ve takdir edilebilecek bir hâl olduğu gibi, naklî deliller de pek açık bir surette bunu bildirmektedir. Allahu Teâlâ buyuruyor ki: "Kim ahiret sevabını isterse, onun sevabını arttırırız. Kim de dünya menfaatini isterse, ona da ondan veririz; fakat âhirette ona hiçbir nasip yoktur" (Şura , 20).

"Kim yaptığı işle dünya menfaatini isterse, dilediğimiz kimseye istediğimiz şeyi, dünyada peşin veririz; sonra da onu Cehennem'e koyarız; o, Cehennem'e kötülenmiş ve rahmetten kovulmuş bir halde ulaşır. Kim de mü'min olduğu halde ahireti ister ve çalışmasını da onun için yaparsa, işte bunların çalışmaları makbul olur." (İsra, 18-19).

"Kim dünya hayatını ve onun gösterişli zevklerini isterse, biz onlara, amellerinin karşılığını tamamen öderiz. Bu hususta onlara noksanlık yapılmaz. Bunlar o kimselerdir ki, ahirette kendilerine ateşten başka birşey yoktur. Yaptıkları ameller boşa gitmiştir. Zaten bütün yapmış oldukları şeyler boştur" (Hud, 15-16).

Hadis-i Şerif'te: "Kıyamet günü olunca bir münâdî: 'Allah'tan başkasının nâm ve hesabına her kim her ne işlediyse amelinin mükâfatını ondan istesin' diye nida eder."

Yine bir Hadis-i Şerif'te: "Cenâb-ı Hakk, ahiret niyeti üzerine dünyayı verir, fakat dünya niyeti üzerine ahireti vermez."

Buharî'de birinci hadis olarak zikredilen: "Ameller niyetlere göredir" hadîs-i şerifi ise pek meşhurdur.

Dinî hükümlerin ictimaî ve maddî faydalarını da düşünmek, bulmak, ayrıca maharetle âleme anlatmak, İslâmiyet'in ince hikmetlerini tanıtmak ilim adamlarımızın üzerine düşen bir vazifedir. Ama bu husus müslümanlardan daha çok yabancılara bir müdafaa silahı olarak ortaya konulmak gerekir. Gerçi dünyaya ait olan bu menfaat ve güzellikleri müslümanların da bilmesi

çok faydalı olur. Ancak meselenin yalnız "Bilmek" mertebesinde kalınması gerekir. Dinî vazifelerin fiiliyat ve icraatını onların üzerine kurmak, sırf o faydalar için yapmak derecesine gelince bu durum yukarıda arzedildiği gibi adı geçen fiilleri bozar. Demek ki, dinî vazifelerden her birinin dünyaya ait ne kadar sebep ve hikmeti bulunursa bulunsun, gene yerine getirilmesinde gözetilecek esas ve gaye Allah'ın emrine itaat ve uhrevî mesûliyetten korkmak gibi dünyevî olmayan şeylerden ibaret olacaktır. Nihayet dünyevî gayeler, esasın daha altında, ikinci derecede ve dolayısı ile bir maksat halinde nazar-ı itibara alınabilir o kadar...[17]

Bol Elbise

İslâmiyet, namaz ve namaz dışında bol elbiseler giyilmesini ister. Dar elbiselerin zararları bugün anlaşılmıştır. Günaydın gazetesinin 5.8.1983 günkü nüshasında şunları yazıyordu: "Prof. Dr. Cevat Babuna (İstanbul Tıp Fakültesi Kadın Hastalıkları Öğretim Üyesi). Dar pantolonların meydana getirdiği şikayetler bilhassa içinde bulunduğumuz yaz aylarında artıyor" Prof. Dr. Cavit Özsoy (İstanbul Tıp Fakültesi Üroloji Kliniği Öğretim Üyesi): "Dar pantolon giymenin insan sağlığı açısından zararlı olduğu ispatlanmış bir gerçektir." Doktorlar, dar pantolon modasının erkek ve kadın sağlığı açısından tehlikeli neticeler doğurduğu görüşünde. Bilhassa yaz aylarında, son yılların gözde elbisesi kot pantolonların vücudu sıkıca saranlarının birçok hastalığa sebep olduğu belirtiliyor. Kadınların, yaz aylarında havalanmayı sağlayan etek giymeleri tavsiye ediliyor.

Dar pantolonun zararları:

Kadınlarda:

a) Karın üzerine yaptıkları basınç sebebiyle rahim sarkmasına ve düşüklere sebebiyet veriyor.

b) Kasık ağrılarına, bel soğukluğuna yol açıyor.

---

17) Şeyhü'l-İslam Mustafa Sabri, Dinî Dinî Müceddiler.

c) İdrar şikayetlerine sebep oluyor.

d) Cinsiyet uzuvlarının havalanmasına mani olup, pişik ve kaşıntılara sebebiyet veriyor.

Erkeklerde:

a) Midenin normal çalışmasını engellediğinden, hazımsızlığa yol açıyor.

b) Kan deveranını bozuyor.

c) Sperm hareketlerini ve sayısını azalttığından, çocuk sahibi olma ihtimaline menfî tesir ediyor, kısırlığa yol açabiliyor.

d) Cinsiyet açısından, organlar sıkıştığı için, fonksiyonlarını dolaylı olarak kaybedebiliyorlar.

Fransız Doktorlara Göre Romatizmanın İlâcı

Günaydın Gazetesi: 5.8.1983 tarihli nüshasında şöyle başlık atmıştır: Fransızlara göre romatizmanın ilacı beş vakit namaz.

PARİS: Fransız doktorlar, romatizma ve bel ve sırt ağrılarından şikayet eden hastalarına Müslümanlar gibi namaz kılmalarını tavsiye ediyorlar. Günde beş vakit namaz kılmanın romatizmal ağrılara çok iyi geldiğini belirten doktorlar, namaz kılarken yapılan hareketlerin en iyi jimnastik hareketleri olduğunu söylüyorlar.

Fransız doktorlar, namaz sırasında yere doğru eğilip kalkmanın diz kapaklarındaki ağrıları giderdiğini, secde etmenin ise bilhassa sırt kaslarını geliştirmekte büyük fayda sağladığını savunuyorlar.

Sabahları Kur'ân Okuma

Sabahları, aç karnına ve yavaş sesle Kur’ân okumak, vücut ve ruh sağlığı bakımından da çok faydalıdır. Okurken kafasının içinde titreşimler olur. Bunlar beyin için iyi bir masaj gibidir. Bu yüzden beyindeki damarlar çevresini daha iyi besler. Yavaş ses-

le ve münasip bir makamla Kur'ân okumak, boğazdaki ses tellerini terbiye eder, kuvvetlendirir, bir nevi boğaz jimnastiği olur. Hergün bu suretle Kur'ân okumaya alışanların sesleri, ihtiyarlıkta bile bozulmaz. Ruha ferahlık veren tesiri, beyne yakın olan hipofiz bezesinin daha iyi işlemesine yardım eder. Diğer bezeleri de, burası idare ettiği için böylece iç salgı muntazam bir hâl alır. Sağlık üzerine iyileştirici bir tesir yapar. İnsanın karamsarlığı gider; vücut canlılık ve bakış, aydınlık kazanır.

İnsanı yaratanla Kur'ân'ı gönderen aynı Zât olduğu için, vücut hassâsiyetimize uygun olarak, çeşitli şifrelerle dolu olduğu yeni yeni anlaşılan Kur'ân harflerini ahenk içinde indirmiş, kalb ve kafamıza maddî ve manevî yönden bitmez tükenmez bir nimetler hazinesi olarak hazırlanmıştır.

2.BÖLÜM

ORUÇ

Çok Yemek Ömrü Kısaltır mı?

Ömrün uzun veya kısa olması, Allah'ın takdirine bakar. Takdir-i İlâhî değişmez. Fakat kader sebep ve müsebbebe bir bakar. Yani kader hükmünü verirken hem sebebe, hem neticeye bakar takdir eder (Bu takdirde, gene de ilâhî meşiet asıldır. Yani Allah'ın iradesi, sebeplerin (hâşâ) esiri değildir). Yalnız Cenâb-ı Hakk'ın şu imtihan dünyasında koyduğu kanunlar ve esbab perdesi vardır ki, Hakîm isminin tecellisidir. Âhirette bu perdeler kaldırılacaktır. Onun için "Allah'ın sünnetinde (âdet ve kanununda) bir değişme bulamazsın; Allah'ın sünnetinde bir tahvil (sapma) bulamazsın" (Fatır, 43) ve "Bu, Allah'ın önceden geçenler hakkında tatbik ettiği bir sünneti (kanun ve âdeti)dir. Allah'ın sünnetinde bir değiştirme bulamazsın" (Ahzab, 62) buyurulmuştur. Peygamberlerin mu'cizeleri, hem onların peygamberliklerini ispat hem de sebepleri yaratanın da Allahu Teâlâ olduğunu ortaya koymak içindir.

Biz, tabut çivisi denilen sigaranın zararlarını ve çok yemenin vücudu yıpratıp erken ölüme sebep olduğunu ele alırken, zahirî sebepler ve Cenâb-ı Hakk'ın koyduğu fıtri kanunlar açısından meseleyi değerlendiriyoruz. Kâinatın Serveri, Allah'ın Habibi

Muhammed Aleyhissalâtü Vesselâm bile savaşta tedbirlere başvurduğunu, icabında şehrin etrafına hendek kazdırdığını, icabında üst üste iki zırh giydiğini görüyoruz... Sebepler dairesi ile itikad dairesini birbirine karıştırmamak lazım. Yoksa sebepler içinde itikadı düşünen, Mu'tezile; itikad dairesinde sebeplere bakan ise, Cebriye olur. Biz, Ehl-i Sünnet herşeyi ölçüleri içerisinde değerlendirmek mecburiyetindeyiz.

Şimdi bu meseleyi gene Cenâb-ı Hakk'ın "Hakîm" isminin tecellisi olarak zahirî sebepler açısından ele alalım:

Gıda maddelerinin ve vücudun yemekle beraber aldığı çeşitli maddelerin enerjiye, hareket ve hararete değiştirilmesi ve yeni hücreler haline getirilmesi, kolay bir iş değildir.

Lokma ağıza girdiği zaman yüksek hazım guddelerinin tenbihi (uyarması) başlar. Merkez sinir sistemi iştiraki ile ağızda lokmayı hazmeden bütün ilgili duygu ve motor sinir şebekeleri vasıtası ile adale (kas) ve ifraz muameleleri harekete geçer.

Ağızdaki ameliye bittikten sonra, muayyen sinir refleksleri vasıtası ile lokma, ağızdan mideye gönderilir; midenin ifraz ve gayr-ı iradî (refleks) kas hareketleri ile lokmanın ikinci hazım safhası bitirilir.

İnce bağırsak üçüncü safhayı bitirdikten sonra emilme devresi başlar. Sonra karaciğerin 450'yi aşkın vazifesi başlar ve kalb üzerinde normale nazaran birkaç misli yük taşınır. Vücudun bütün büyük ve küçük organları, hatta bütün hücreleri, bu zor ve yorucu vazifelerle meşgul olurlar.

Bu ağır meşgaleden dolayıdır ki, yemekten bir zaman sonra başta kalb olmak üzere, vücudun bütün uzuvları yorulur ve kan kâfi miktarda beynin merkez sinir sisteminin hücrelerine gitmemeye başlar. Bu durum göstermektedir ki, fazla yemek yemek, şüphesiz vücudun bütün organlarını yormak ve üzerlerine tahammül edilemeyecek yük yükleyip taşıtmak demektir.

İşte fazla yemek yiyen ve yemek çeşitlerine fazla ehemmiyet veren insanların az yaşamalarının ve erken ölmelerinin sırrı budur. Her organın mahdud ve muayyen bir müddete kadar yaşama kabiliyeti vardır. Haddinden fazla çalıştırılırsa, çabucak faaliyetini ve gençliğini kaybedip ihtiyarlamaya başlar.

Bundan dolayıdır ki; az yemekle yaşayan insanlar çok uzun bir ömür sürerler. Sanki gençlik ve dinçlik çağları ömürleri boyunca devam eder.

Bu bakımdan oruç, sıhhatimiz için çok faydalıdır. Ayrıca oruç; hastalıklara karşı vücudun mukavemetini arttırır.

Bugün de modern tıp, orucu bazı hastalıklara karşı bir koruyucu ve ilâç olarak kullanmaktadır. Bazı inatçı hastalıklar, oruçla tedavi edilmektedir. Evet oruç ve perhizin, tıpta ne kadar mühim olduğu meydandadır. Çünkü görüyoruz ki, bütün dünya doktorları, reçetenin yanında, hastanın neler yiyip neler yemeyeceğini, ayrıca ne zaman ne kadar yiyeceğini de liste halinde izahlıca yazıp vermektedirler. Yani modern tıp, hastalıklarla yiyecekler arasındaki münasebeti idrak etmektedir. Müslümanlar da, şu tavsiyeyi çok iyi bilirler: "Mide, hastalığın evidir, ilâcın başı hımyedir, yani yemeklerin sıhhate uygun şekilde alınmalarıdır." Bizim "Oruç tutunuz, sağlam olunuz" prensibimize karşılık, modern tıp da "Oruç tutunuz, dinç kalınız" diyor.

İşte, "oruç ömrü uzatır" derken, bunları kasdediyoruz. Evet ömrün uzunluğu da kısalığı da Allah'ın elindedir. En sağlam bir genç bile bir saat içinde ölebilir. Modern Tıp, Allah'ın takdirini değiştiremez. Ne var ki; İlâhî Takdir, sebepleri de bildiği için, kader ve kazanın cereyanında onları da ilim ve icraatından uzak tutmaz.

Oruç ve Tedavi

Oruç, tedavi için müzmin olan ve ekşimeden meydana gelen bağırsak rahatsızlıklarına karşı kullanılır. Aynı şekilde kabızlığın artmasına karşı da kullanılır.

Orucun tıbbî faydaları arasında, bazı cilt hastalıklarını iyileştirmesi, mide ve bağırsakların çalışmasını muayyen bir müddet için dinlendirmesi de yer almaktadır. Bu sebepledir ki, dünyanın bazı yerlerinde oruçla tedavi yapılan hastaneler kurulmuştur. Bunlardan biri Dr. Henri Lahman'ın Saksonya'nın Dresden şehrindeki hastanesidir.

Oruç ve Beslenme

Yediğimiz yemeklerden albüminli olanlar, asitleri; sebzeler de bazları ve bunlar birleşerek çeşitli tuzları meydana getirir. Hücrelerimizde, dokularımızda tuzların türleri değişir durur. Gıdalarımızda yeter derecede baz yoksa asitler tuz haline geçemez; zehirlenme belirtileri görülür. Her ne kadar vücutta bu uygunsuzluğu karşılamaya çabalayan yedek depolar varsa da, aynı halin tekrarı veya devamı halinde sağlık bozulur. Hastalıkların yüzde ellisi mide bozukluklarından ileri gelir. Asit, baz ve tuz dengesi, sağlık için gerekli olduğu halde yediklerimiz buna göre değil, zevkimize veya imkânlarımıza göredir. Vücudun az çok uygunsuz beslenmeden dolayı bu zorlanmasını senede bir ay, yalnız gündüzleri durdurmak faydalı olur. Bu suretle yapılan oruç, insanın iç uzuvlarını saran zararlı yağların erimesine tesir eder. Ağaçların, bağların senede bir budanmasına benzeyen bu halden sonra metabolizmaya canlılık gelir. Böbrek, karaciğer, safra kesesi, şeker, kalb ve damar hastalıklarına karşı dayanıklılık artar. Yeter ki iftar ve sahurda aşırılık yapılmasın. Alexis Carrel diyor ki: "Yiyeceksiz kalmak ilk önce açlık duygusunu, bazen sinir bozukluğu ve nihayet za'fiyet hissi verir. Fakat daha çok mühim olan birtakım olaylara yol açar. Karaciğerdeki şekerler, deri altındaki yağ tabakaları ve kaslardaki, bezlerdeki, dalak hücrelerindeki proteinler harekete geçerler. Bütün uzuvlar kendi maddelerini iç çevrenin ve kalbin tamamlığını korumak için feda ederler. Oruç böylece dokularımızı temizler ve değiştirir."

"İnsan ırklarının devamlılığında büyük rol oynamış olan gıdasızlığa ayarlanma fonksiyonunu" oruç düzenleyerek açlığa ve susuzluğa dayanma kabiliyetini arttırır.

Bazı mübarek günlerde ve pazartesi ve perşembelerde tutulan nafile, yani mecburi olmayan oruçlar, hormonal faaliyetleri düzenler, enerjisini iş hayatında ve sporda harcamayan insanları, bilhassa gençleri su-i istimallerden, sarkıntılık ve taşkınlık yapmaktan korur. Bu Allah rızası için tutulan oruç, aslında bedenin ruh üzerindeki baskısını azaltır ve ruhun hürriyetine imkân verir.

Oruç ve Kas Faaliyeti

Merkez sinir sistemine bağlı olan motor sinir sistemi idaresi altında çalışan kaslar vasıtasıyla insan vücudu hareket eder. Hareket edebilmemiz için muayyen kasların kasılması ve tersine çalışan kas gruplarının gevşemesi lazımdır. Kasların kasılma ve gevşeme hareketi, diğer organları da yoran zor bir vazifedir.Kasların vazifelerini yapabilmeleri için, kalb ve dolaşım cihazları, lazım olan erimiş bütün hayat gazlarını ve gıda maddelerini takdim eder. Ne kadar fazla mikdarda kan, kaslara giderse, o kadar kasların kasılma ve gevşeme faaliyetleri, yorgunluğa tahammül kabiliyetleri artar. Kan dolaşımı zayıf ve kan miktarı az ise, kaslar tembelleşir ve canlılığını kaybederler.

Kaslara gelen kanın hacmi, belli dahilî şartlarda çoğalıp azalır. Damarlarda bulunan bütün vücuda ait kanın hacmi devamlı surette sabit kalırken, acaba niçin kaslara bazen az, bazen de çok kan gelir?

Vücudda yalnız kas ve hareket cihazı değil, diğer cihaz ve organlar da vardır. Onlar da kaslar gibi kana muhtaçtırlar. Bir cihazın kana ihtiyacı azalırsa, vücudun diğer tarafları kandan büyük istifade fırsatını bulurlar ve kanın bolca gelmesini temin ederler.

Sindirim sistemi, bütün vazifelerini yapabilmesi için çok büyük bir kan miktarına ihtiyacı vardır. Çünkü yemeğin hazmına lazım olan ifrazlar, hareketler, değiştirme ve emmeler ancak kan vasıtası ile temin edilir. Bunun için hazım başladığı andan son safhasına kadar kan dolaşımının büyük bir kısmı hazımla meşgul olur. Bu arada kaslar ve hareketi sağlayan cihazlar, kâfi miktarda kanın gelmesinden mahrum kalır. Bu durum vücudun canlılığını, kuvvetini ve yorgunluğa karşı tahammül kabiliyetini azaltır. Vücut tembelleşip ağırlaşır.

Bugün artık sporculara yapılan tavsiye şudur: "Ağır ve zor işlere, spor ve idmanlara mutlaka açlık hissi ve bomboş mide ile başlayınız."

Dünyanın, vücuda en ağır gelen sporu, kılıçla yapılan savaştır. Efendimiz (s.a.s.) savaşa gideceklere: "Mukaddes cihad gününde oruç tutunuz" diye tavsiyede bulunurdu.

Bazı zayıf ve hassas vücudlar, oruca karşı tahammül gösteremezler. Oruçla vücudlarının kas faaliyetleri ve fikrî kabiliyetleri azalabilir. Bu tip bünyeler az dahi olsalar, buna rağmen İslâmiyet, bunları ihmal etmemiştir. Harbte Peygamber Efendimiz (s.a.s.): "Oruca dayanamayan varsa, orucunu bozsun" buyurmuştur.

Oruçla vücut, kas kuvveti ve canlılık yönünden daha mukavemetli hale gelir. Kasların oruç esnasında yapabileceği faaliyet ve tahammül edebilecekleri yük, diğer günlere göre daha fazladır.

Oruç ayı Ramazan'da, haddinden fazla zihin ve beden çalışmasına rağmen vücut zayıflamaz. Çünkü oruç, vücuda gıda maddelerinden büyük bir istifade fırsatı temin etmiştir. Beslenmede yeni bir nizam doğmuştur. Bütün gün hafif bir vücudla çalışan insan, gece de istirahat ve gıdasını sağlamaktadır.

Yirmidört saatte, aşağı-yukarı sâbit kalan belli zaman içinde iki yemek (iftar ve sahur) vücudun beslenmesine kâfi gelir.

Oruç ayında çok az dahi olsa bazı şahıslarda görülen zayıflık, oruçtan değil; uykusuzluktan ve istirahat saatlarının azalmasından meydana gelir.

Bazan da, vücut, oruç sebebiyle kilo alabilir. Çünkü oruç, sindirimin canlı bir şekilde olmasını sağlar. Çünkü hazım cihazları, daha sağlam ve daha dinç olarak çalışır, iştiha daha fazla açılır.

Oruç, çalışmaya ve vakitten istifadeye büyük bir fırsat hazırlar. Aslında bir günde sadece iki vakit yemek yemek, en ideal beslenme şeklidir. Bu durumda çok geniş bir çalışma zamanı bulunmuş olur. Öbür taraftan öğle yemeği, tesiri ile, vücudun kuvvet ve canlılığını kaybettirir. Tembelleşen vücut uykuya meyleder. Bu ağır vücudla işe başlayan kimse, aynı istek ve arzu ile çalışamaz.

Mide boş iken vücut daima hafif kalır ve çalışmaya devam edebilir. Gündüz saatlerinde iki istirahat fırsatında kılınan öğle ve ikindi namazları, vücuda, kaslarda canlılığı, düşüncede derinliği bahşeder.

Saniye ve dakika üzerinden, günlük hayatı bu kadar ince bir proğramla tanzim eden İslâmiyet'ten başka bir yaşayış tarzı göremiyoruz.

İzahını yaptığımız bu beslenme metodu; Resûlullah (s.a.s.)'in hayatında alışkanlık haline getirdiği, yalnız sabah ve akşam yemek yeme sünnetidir.

Psikoloji ve Oruç

Hayatî değeri olan mühim imtihanlara girecek olan talebeler üzerinde tatbik edilen tecrübelere göre, orucun; heyecana, korkulara, sinir ve şuur bozukluklarına müspet yönden büyük tesirleri vardır.

Ruhî değişikliklerin, şokların tesiri; imtihan ve müsabakaların, mahkemelerin ve korkunç harb hücumlarının yaptığı heye-

can ve korku yüzündendir. Yüzün ve gözlerin kanlanmasının, titremelerin ve dil tutulmasının sebebi; ani olarak meydana gelen hormonal ve iç ifraz gudde ve cihazların vazife bozukluğundandır. Tıbbi araştırmalar, bu gibi şahıslarda kanın adrenaline hormonun seviyesini yükseltmesini ve ani şekerli diabet hastalığını isbat etmiştir.

Heyecan ve korkunun, şiddet ve müddetlerine göre; geçici veya devamlı, hafif veya ağır şekilde şekerli diabet meydana gelir.

Korkunç hallere maruz kalan şahısların, idrarlarında mutlaka glikoz şekeri görülür.

İşte bu gibi durumlarla karşılaşacak kimselere psikologların tavsiyesi: “aç karnına” bulunmaktır. Yani oruçlu olmaktır. Çünkü görülmüştür ki, oruç; ağır ve sert infiallere, şok tesirlerine, ürperti ve gerilmelere karşı sinirlerin tahammül kabiliyetlerini arttırır; cesaret ve gayreti geliştirir; hormonal ifrazları düzeltir; ruhî değişiklikleri teskin eder ve ilerlemelerini önler; fikri rahatlatır ve iç şuuru ferahlandırır.

İşte insan hayatının en heyecanlı anında, en hayatî mesele; savaşlarda ölümü kılıçla karşılamak, ölüm karşısında ayakları sabitleştirmek, fedailik ve fedakârlığı had safhaya getirmek ve kuvve-i maneviyeleri takviye etmektir. Müslümanlar harblerde en korkunç hücumlara karşı, ölümün üzerine koşuyorlardı. Bunda; bir bütün halinde İslâmi inancın en yüksek mertebesi şehidliğe ulaşım arzusunun tesiri yanında, orucun da rolü büyüktür. Çünkü fedâilerin çoğu oruçlu olarak çarpışıyorlardı.

Orucun, korku ve sinir bozukluklarından meydana gelen ruhî hastalıkların tedavisinde ilâç gibi tesiri vardır.

Oruçlu bir insan en korkutucu bir hâli, kolaylıkla ve sükûnetle karşılayabilir. Oruçlu olarak imtihana giren bir talebe, orucun ruhî tesirlerini açıkça hisseder. Oruçlu iken meydana gelen sert

ve ağır ruhî çarpmalara tahammül edebilen sinirler, onlara oruçsuz olarak zor tahammül edebilirler.

Oruç Kalkandır

Hayvanî ve şehevî hislerin uyandırılıp tahrik edilmesi, cinsî hormonların tesir şiddetine ve miktarına bağlıdır ki; bu hormonların genital organlarına tesiriyle alâkalıdır. Bu da, kanda cinsî hormonların seviyesinin artması neticesindedir. Kandaki bu artış çok yemekle ilgilidir.

Oruç, o çeşit hormonların kandaki seviyesini azaltır. İşte oruçlu günlerde duyulan sakinleşme, kandaki hormonun azalmasındandır. Buna karşılık ulvî hisler ve şahsiyetin yükselme şuuru da, işte bu hayvanî hislerin düşüp sükûnete erdiği zaman duyulur.

Orucun cinsî hislere tesirini Resûlullah (s.a.s.) şöyle ifade etmiştir: "Gençlerden evlenebilecek durumda olanlar hemen evlensinler. Evlenemeyecekler de oruç tutsun; çünkü oruç, koruyucu bir kalkandır." Evet en korkunç cinsî safhada yaşayan delikanlılara, cinsî dalgalanmaların tehlikelerinden korunmak, sıhhati, iffet ve şerefi muhafaza etmek için Efendimiz (s.a.s.)'in bu tavsiyesinin ne kadar yerinde olduğu, bugün ilmi gerçeklerle de ortadadır.

Zekâ ve Düşünce Kabiliyetimiz Yönünden Oruç

İnsanın en çok hayret veren organı, beyindir. Beyni meydana getiren doku ve hücreler, vücudun en hassas, aynı zamanda en fazla teşkilatlanmış bölgesidir. Bu doku ve hücreler, bütün vücudun sinirleriyle bağlıdır. Tek başına her beyin hücresi, belli bir vazife yapar; dikkat ve intizamla vücudun belli organlarının ve bölgelerinin vazifelerini idare eder. Cenâb-ı Hakk bunlara diğer hücrelerden daha çok çalışma ve daha fazla tahammül gücü vermiştir.

İşte beyin hücreleri, diğerlerinden birkaç misli fazla çalıştığı için, daha çok kana ihtiyacı olmaktadır. Beynin ağırlığı ve hacmi küçük görünür, ama kana hiç doymaz. Onun için "kan çocuğu" desek uygundur.

Evet bütün vücuttaki kanın dörtte biri beyne gider. Bu ufacık beyne kalın damarlar bağlanmıştır.

Beyin çok fazla zihni çalışmalara daldığında bakarsınız ki, vücudun kasları sâkinleşmiş, midedeki yemek sarfedilmiş ve bir acıkma hissi belirmiştir. Çünkü çalışması sırasında gıda maddelerini sadece beyin sarfetmiştir.

Canlılar içinde zekâ ve düşünce kabiliyeti, insana ihsan edildiğinden dolayı, insan beyni diğer canlılardan şekil ve terkib itibariyle farklıdır. İnsan beyninde düşünmeye vesile ve vasıta olan cisimlerin sayısı, insan nüfusundan çok fazladır.

İnsanlara ihsan edilen bu kıymetli organın zekâ ve düşünce kabiliyeti, kendisine gelen kanın miktarına bağlıdır. Yani beyne giden kanın miktarı ve akışı ne kadar artarsa, kabiliyeti de o kadar canlılık ve cevvaliyet kazanır. Kan az gidince, ölgünlük ve durgunluk başlar.

Sindirim organlarında yemek dolu ise, bütün kan oraya gideceğinden, beyne giden kan miktarı azalacaktır. Yani hazmın yapılabilmesi için bütün kanımız sindirim sistemine hücum etmiş beyne ise pek birşey gitmemiştir. Fakir kalan beyinde de canlılık kalmamıştır. Beyin hücreleri faaliyetlerini rahatça sürdüremeyince bu, vücuda aksedecektir. Onun için yemeklerden sonra, beyinde zihnî durgunluk, düşünce ve şuurda bulanıklık, vücudda tembellik ve uykuya meyil hissedilir.

Çok ve tıka basa yiyenlerde, sindirim bitmeden üst üste eline geçeni midesine indirenlerde bu ağırlık ve hımbıllık daha çok dikkati çeker.

Orucun beyin hücrelerinde bu bakımdan müspet tesirleri büyüktür. Çünkü oruç esnasında beyne bol miktarda kan gelecektir. Bu da beynin dinamik ve faal hale gelmesine vesile olacaktır.

Evet, şehvet beyni körleştirdiği gibi, fazla yemek de onu fakirleştirir ve tefekkür kabiliyetini azaltır.

Zihnin fazla çalışması ve mühim hâdiselerin karşılanmasında oruç faydalı olur. Zor ve kompleks problemleri halletmek, fazla zihnî enerjiyi gerektiren durumlar ve zorlu imtihanlar için oruca sarılmak gerekir. İmtihan gününde oruç tutan talebenin, derince düşünme ve problemleri çözme gücü artar; hatırlamalar kolaylaşır, zihinleri canlı kalır, meseleleri kavrama ve toparlama kabiliyetleri artar.

Oruç ve Kulluk

Cenâb-ı Hakk, yeryüzünü eşsiz nimetleriyle bir sofra haline getirmiştir. Sayılamayacak kadar çok nimetlerini dizmesiyle bize, Rahman ve Rahim olduğunu gösterdiği gibi, trilyonlarca hücrelerimizin teker teker gıdalarını böylece zamanında ulaştırmakla Rubûbiyetini (herşeyin Rabbi, terbiyecisi) olduğunu da ifade etmiştir. Böyle bir Rubûbiyete ubudiyetle mukabele etmek gerektiği halde, insanlar gaflet perdesi altında ve sebepler dairesinde o vaziyetin ifade ettiği hakikatı tam göremiyor, bazan da unutuyor, kulluk vazifelerini yerine getirmiyorlar.

İşte Ramazan ayında oruç tutan müslümanlar birden muntazam bir ordu hükmüne geçerler. Bilhassa akşama yakın Cenâb-ı Hakk'ın ziyafetine davet edilmiş bir şekilde "Buyurun!" emrini bekliyorlar gibi bir ubûdiyet (kulluk) tavrı gösterirler. Böylece, o şefkatli, haşmetli ve geniş Rahmaniyete karşı, büyük ve intizamlı bir ubûdiyetle mukabele etmiş olurlar. Acaba kendini insan kabul eden bir varlık, böyle bir şerefli ubûdiyete iştirak etmez mi?

Oruç ve Şükür

Nimetler şükür ister... Kur'ân-ı Kerim'de pek çok âyette şükür üzerinde durulmuştur. "Hâlâ şükretmiyorlar mı?" (Yasin, 35). "Kullarımdan şükreden azdır" (Sebe', 13). "Ama siz şükrediyor musunuz ki" (Enbiya, 80). "Muhakkak ki Allah, insanlara karşı lütuf ve fazilet sahibidir. Ama çokları şükretmiyorlar" (Yunus, 60). "Ne kadar da az şükrediyorsunuz!" (A'raf, 10). "Çoklarını şükredenlerden bulmayacaksın" (A'raf, 17). "Ama insanların çoğu şükretmezler!" (Bakara, 243).

Bilhassa Rahman sûresinde "Rabbinizin hangi tecelliyatını, hangi lütuf ve nimetini yalanlayıp inkâr edebilirsiniz?" mealinde 31 defa tekrar yapılmış, şükürsüzlüğümüz ve nankörlüğümüz yüzümüze çarpılmıştır.

Cenâb-ı Hakk'a teşekkür etmek, o nimetleri doğrudan doğruya O'ndan bilmek, o nimetlerin kıymetini takdir etmek ve o nimetlere karşı kendi ihtiyacını hissetmekle olur.

İşte Ramazan-ı Şerif'deki oruç, hakiki ve halis, azametli ve umumi bir şükrün anahtarıdır. Çünkü diğer vakitlerde mecburiyet altında olmayan insanların çoğu, hakiki açlık hissetmedikleri zaman, çok nimetlerin kıymetini iyi anlamıyor. Kuru bir parça ekmeğin nimet derecesi ve değeri, tok insanlar; bilhassa zenginler tarafından anlaşılamıyor. Halbuki iftar vaktinde, o kuru ekmeğin çok kıymetli, ilâhî bir nimet olduğuna, oruçlu bir mü'minin tad alma duygusu şahiddir. Padişahtan fukaraya kadar herkes, Ramazan ayında, o nimetlerin kıymetlerini anlamakla manevi bir şükre mazhar olur. Hem gündüzdeki yemekten menedilmiş olması cihetiyle: "O nimetler benim mülküm değil, ben bunları yemekte hür değilim, demek başkasının malıdır ve ihsan ettiği nimetidir. O'nun emrini bekliyorum" diye nimeti nimet bilir, bir manevi şükür eder. İşte bu suretle oruç, çok cihetlerle insanın hakiki vazifesi olan şükrün anahtarı hükmüne geçer.

Oruç ve Toplum Hayatı

İçtimaî hayata baktığımızda, insanların maddî imkânlar yönünden çeşitli şekillerde yaratıldığını görürüz. Cenâb-ı Hakk bunun için, zenginleri fakirlerin yardımına davet ediyor. Halbuki zenginler, fukaranın acınacak acı hallerini, açlıklarını oruçtaki açlıkla tam hissedebilirler.

Eğer oruç olmazsa, nefisperest çok zenginler bulunabilir ki, açlık ve fakirlik ne kadar elim ve onlar şefkate ne kadar muhtaç olduğunu idrak edemez. Tok, açın halinden anlamayacağından, sözle de tam anlatmak mümkün olamayacağından mutlaka açlığın ve ihtiyaç içinde kıvranmanın ne demek olduğunu, insanların bizzat aç kalarak yaşamaları gerekiyor. Bunun için de en uygunu oruçtur.

Bu cihetten, insanlardaki hemcinsine şefkat ise, hakiki şükrün bir esasıdır. Hangi fert olursa olsun, kendinden bir cihette daha fakiri bulabilir. Ona karşı şefkatle mükelleftir. Eğer nefsine açlık çektirmek mecburiyeti olmazsa, şefkat vasıtasıyla mükellef olduğu ihsanı ve yardımı yapamaz. Yapsa da tam olamaz. Çünkü hakiki olarak o hâli kendi nefsinde hissetmiyor.

Nefis Hür Olmak İster

Nefis, kendini hür ve serbest ister ve öyle telakki eder. Hatta "Ben sizin en büyük rabbinizim" (Naziat, 24) diyen firavun gibi hayâli bir rubûbiyeti ve dilediği gibi hareketi, fıtrî olarak arzu eder. Hadsiz nimetlerle terbiye olduğunu düşünmek istemez. Bilhassa, dünyada servet ve iktidarı da varsa, gaflet de yardım etmişse, bütün bütün gasbedercesine, hırsızcasına ilâhi nimetleri hayvan gibi yutar. "(Allah'ın nimetlerini) hayvanların yediği gibi yerler" (Muhammed, 12) meâlindeki âyetin tokadına hedef olur.

İşte Ramazan-ı Şerif'te en zenginden en fakire kadar herkesin nefsi anlar ki, kendisi mâlik değil, memluktur (köledir), hür

değil, abd'dir (kuldur). Emir olunmazsa en âdi ve en rahat şeyi de yapamaz, elini suya uzatamaz diye, hayâli rubûbiyeti kırılır, ubûdiyeti (kulluk tavrını) takınır, hakiki vazifesi olan şükre girer.

Oruç ve Tehzib-i Ahlâk

İnsan nefsi, gafletle kendini unutuyor. Kendisindeki hadsiz âcizliği, nihayetsiz fakirliği, gayet derecedeki kusurunu göremez ve görmek istemez. Hem ne kadar zayıf olduğunu; zevâle, faniliğe maruz ve musibetlere hedef bulunduğunu; çabuk bozulur, dağılır et ve kemikten ibaret olduğunu düşünmez. Âdetâ çelikten bir vücudu var gibi, kendini hiç ölmeyecek şekilde ebedi tahayyül ederek dünyaya saldırır. Müthiş bir hırs ve tama' ile şiddetli alâka ve muhabbetle dünyaya atılır. Her lezzetli ve menfaatli şeye bağlanır. Hem kendini tam bir şefkatle terbiye eden Yaradan'ını unutur. Hem hayatının neticesini ve uhrevi hayatını düşünmez; kötü bir ahlâk içerisinde yuvarlanır.

İşte Ramazan-ı Şerif'deki oruç; en gafil ve serkeşlere, kendilerinin zayıf, âciz ve fakir birer varlık olduklarını hissettiriyor. Açlık vasıtasıyla midesini düşünüyor. Midesindeki ihtiyacını anlıyor. Zayıf vücudu ne derece çürük olduğunu hatırlıyor. Ne derece şefkate ve merhamete muhtaç olduğunu idrak eder. Nefsin firavunluğunu bırakıp âcizlik ve fakirliğini tam anlamış bir kul olarak ilâhi dergâha, Allah'ın huzuruna sığınmaya bir arzu hisseder ve manevi bir şükür eliyle rahmet kapısını çalmaya hazırlanır. Eğer gaflet kalbini bozmamışsa...

Oruç ve Kur'ân

"Ramazan ayı ki, insanlara yol gösterici, hidayeti, doğruyu ve yanlışı birbirinden ayırdedip açıklayıcı olarak Kur'ân, o ayda indirilmiştir" (Bakara, 185).

Kur'ân-ı Hakîm, madem Ramazan ayında inmiş; o Kur'ân'ın iniş zamanını bekleyerek, o semavî hitabı karşılayıp hüsn-ü is-

tikbâl etmek için Ramazan-ı Şerif'te nefsin süfli ve âdi ihtiyaçlarından, mâlâyani hallerden, boş işlerden sıyrılıp yeme-içmeyi terkederek meleklere benzer şekilde o Kur'ân'ı yeni nazil oluyor gibi okumak ve dinlemek gerektir. Kur'ân'daki İlâhî hitabları, güya yeni nazil olduğu andaki durumuyla dinlemek; o hitabı Resûl-ü Ekrem (s.a.s.)'den işitiyor gibi dinlemek; belki Hz. Cebrail'den, belki Mütekellim-i Ezeli Cenâb-ı Hakk'dan dinlemek gerekir ki, kudsi bir halete mazhar olunsun. Hem de bu ayda insanın kendisi tercümanlık edip başkasına dinlettirmesi ve Kur'ân'ın iniş hikmetini bir derece göstermesi lazımdır.

Evet Ramazan-ı Şerif'de gûya İslâm Âlemi bir mescid hükmüne geçiyor; öyle bir mescid ki, milyonlarla hafızlar, o büyük mecsidin köşelerinde o Kur'ân'ı, o semavî hitabı arzlılara işittiriyorlar. Her Ramazan, "Ramazan ayı ki, onda Kur'ân indirilmiştir (Bakara, 185) âyetini; nurani, parlak bir tarzda gösteriyor. Ramazan, Kur'ân ayı olduğunu isbat ediyor. O muazzam cemaatin diğer fertleri, bazıları huşu ile o hâfızları dinlerler. Diğerleri, kendi kendine okurlar. Şöyle bir vaziyetteki mukaddes bir mescidde, süfli nefsin hevesâtına tâbi olup, yemek içmek ile o nurânî vaziyetten çıkmak ne kadar çirkin ise o mesciddeki cemaatın manevi nefretine ne kadar hedef ise, öyle de; Ramazan-ı Şerif'de oruç tutanlara muhalefet edenler de, o derece umum o İslâm Âlemi'nin manevi nefretine ve tahkirine hedeftir.

Oruç ve Ahiret Sevabı

Ramazan orucu ahiretin tarlası olan dünyaya, ahiret için ziraat ve ticaret etmeye gelen insanoğlunun kazancına baktığı cihetteki çok hikmetlerinden bir hikmeti şudur ki; Ramazan-ı Şerif'de ibadet ve amellerin sevabı, bire bindir. Kur'ân-ı Hakîm'in; hadîs-i şerif'in açık beyanına göre her bir harfinin on sevabı var, on hasene sayılır, on cennet meyvesi getirir. Ramazan-ı Şerif'de her bir harfin, on değil bin... Ve Âyet-el Kürsi gibi âyetlerin her

bir harfi binler... Ve Ramazan-ı Şerif'in cum'alarında daha ziyadedir. Kadir gecesinde ise otuz bin hasene sayılır. Çünkü "Kadir gecesi, bin aydan hayırlıdır" (Kadir, 3) âyetinde açıkça ifade edildiğine göre bin ay, otuz bin gün yapar. Evet her bir harfi otuz bin bâki meyveler veren Kur'ân'ı Hakim, öyle bir nurani Tûbâ ağacı hükmüne geçiyor ki, milyonlarla o bâki meyveleri, Ramazan-ı Şerif'de mü'minlere kazandırır. İşte gel; bu kudsî, ebedî, kârlı ticarete bak, seyret ve düşün ki: Bu harflerin kıymetini takdir etmeyenler ne derece hadsiz bir zararda olduğunu anla...

İşte Ramazan-ı Şerif âdeta bir ahiret ticareti için, gayet kârlı bir sergi, bir pazardır. Uhrevi hâsılat için gayet bereketli münbit bir zemindir. Amel ve ibadetlerin büyüyüp gelişmesi için, bahardaki Nisan yağmuru gibidir. İlâhi Rubûbiyetin Saltanatına karşı insanın ubûdiyetinin (kulluğunun), resmi geçit yapmasına en parlak, kudsi bir bayram hükmündedir. Öyle olduğundan, yemek-içmek gibi nefsin gafletle hayvani ihtiyaç ve isteklerine, mâlâyani işlere, şiddetle arzuladığı hevâi iştihalara girmemek için oruçla mükellef olmuş.

Gûya muvakkaten hayvaniyetten çıkıp melekiyet vaziyetine veyahut âhiret ticaretine girdiği için; dünyevi ihtiyaçlarını muvakkaten bırakmakla, uhrevi bir adam ve ceset şeklinde tezahür etmiş bir ruh vaziyetine girerek, orucu ile Samediyet'e bir aynalık etmektir. Çünkü Cenâb-ı Hakk Samed'dir. Yani her şey O'na muhtaç, O hiç bir şeye muhtaç değildir. Yani yemeye-içmeye ve sair şeylere ihtiyacı yoktur. Melekler, bu yeme-içme ve evlenme yönünden Samediyet'e aynadırlar. İnsanlar da Ramazan ayında meleklere benzeyip Samed aynası olabilirler.

Evet Ramazan-ı Şerif; bu fâni dünyada, fâni ömür içinde ve kısa bir hayatta bâki bir ömrü ve bâki uzun bir hayatı içine alır, kazandırır.

Evet, bir tek Ramazan, seksen senelik bir ömrün meyvelerini kazandırabilir. Kadir gecesinin ise, Kur'ân'ın açık ifadesiyle, bin aydan daha hayırlı oluşu bu sırra kâfi bir delildir.

Evet, nasıl ki bir padişah, saltanatı müddetince belki her senede, ya tahta çıkış nâmıyla veyahut başka bir şa'şaalı saltanat tecellisine mazhar bazı günleri bayram yapar. Halkı, o günde umumi kanunlar dairesinde değil, belki hususi ihsanlarına, perdesiz huzuruna, has iltifatına, fevkalâde icraatına; doğrudan doğruya lâyık ve sadık milletini, has teveccühüne mazhar eder.

Öyle de; Ezel ve Ebed Sultanı olan onsekizbin âlemin Padişah-ı Zülcelâli, o onsekizbin âleme bakan, yüce, şanlı fermanı olan Kur'ân-ı Hakim'i, Ramazan-ı Şerif'de indirmiş. Elbette o Ramazan'ın, hususî, İlâhi bir bayram, Rabbanî bir sergi ve ruhanî bir meclis hükmüne geçmesi, hikmetin icabıdır.

Madem Ramazan, o Bayram'dır; elbette bir derece süflî ve hayvanî meşgalelerden insanları çekmek için oruca emredilecek. Orucun en mükemmeli ise, mide gibi bütün duygulara; göz, kulak, kalb, hayâl ve fikir gibi insanî cihazlara bir nevi oruç tutturmaktır. Yani haram kılınan şeylerden, mâlâyani boş işlerden onları çekmek ve herbirisine mahsus bir ubûdiyete sevketmektir. Meselâ; dilini yalandan, gıybetten ve galiz tabirlerden ayırmakla ona oruç tutturmak ve o lisanı, Kur'ân okuma, zikir, fikir, tesbih, salâvat ve istiğfar gibi şeylerle meşgul etmek...

Meselâ: Gözünü, nâmahreme bakmaktan, kulağını fena şeyleri işitmekten "men" edip, gözünü ibrete ve kulağını Hak Söz ve Kur'ân dinlemeye sarfetmek gibi, diğer cihazlara da bir nevi oruç tutturmaktır.

Zaten mide, en büyük bir fabrika olduğu için, oruç ile ona, işleri tatil ettirilirse, başka küçük tezgâhlar kolayca ona ittiba ettirilip uydurulabilir.

Oruç ve Sabır Eğitimi

Oruç, insana en mühim bir ilâç nevinden maddî ve manevî bir perhizdir ve tıbben bir hımyedir ki, insanın nefsi, yemek-içmek hususunda dilediği gibi hareket ettikçe, hem şahsın maddî hayatına tıbben zarar verdiği gibi; hem helâl-haram demeyip rasgelen şeye saldırmakla âdeta manevî hayatını da zehirler. Daha kalbe ve ruha itaat etmek o nefse güç gelir. Serkeşâne dizginini ele alır. Daha insan ona binemez, o, insana biner. Ramazan-ı Şerif'de oruç vasıtasıyla bir nevi perhize alışır; riyazete çalışır ve emir dinlemeyi öğrenir. Biçare zayıf mideye de hazımdan evvel, yemek yemek üzerine doldurmakla hastalıkları celbetmez. Ve emir vasıtasıyla helâli terkettiği cihetle, haramdan çekinmek için akıl ve İslâmiyet'ten gelen emri dinlemeye kabiliyet peyda eder. Yani emir sebebiyle helâl olanları terkedebilen, artık haramları daha kolay terkedebilir. Böylece manevî hayatı bozmamaya çalışır.

Hem insanın büyük çoğunluğu; sel, yangın, zelzele gibi musibetlerle, harb, darb, sürgün gibi hâdiselerle açlığa çok defa müptelâ olur. Sabır ve tahammül için açlık, idman ve riyazete muhtaçtır. Yani önceden vücudun açlığa alıştırılması gerekmektedir. Ramazan-ı Şerif'teki oruç, onbeş saat; sahursuz ise, yirmi dört saat devam eden bir açlık müddetine sabır ve tahammül, bir riyazet ve idmandır. Demek insanların musibetini ikileştiren sabırsızlığın ve tahammülsüzlüğün bir ilacı da oruçtur.

Şahsiyet teşekkülünde sabır ve tahammülün rolü büyüktür. Maddî ve manevî yapımız da, iç-içe girifttir. Her iki taraf, birbirini tesiri altına alabilir. Maddî hazlara karşı tahammülü fazla olan kişinin, maddî cinsten olmayan meşakketlerde de tahammülü vardır. Bunun için derin bir psikolojik tahlile bile lüzum yoktur. Asırlarca haçlılara karşı en zor şartlar altında bile mücadele veren ecdad, buna misâldir. Haçlı savaşı deyip geçmeyin. Bugün, Dünya Savaşları deyince, gözümüzde çok büyütüyoruz.

Halbuki onlar, aşağı-yukarı karşılıklı birbirine denk kuvvetler arasında cereyan etmiştir. Haçlı savaşlarında ise, bütün bir hristiyan dünyası 20-25 devlet tek bir güce yani bize saldırmıştır. Bu ne muazzam mukavemettir!...

İnsan vücudu üzerinde tekrarlanan hareketler, alışkanlık haline gelir. Alışkanlıklar ise, insanın huy ve tabiatı durumuna geçer. Açlığa karşı idmanlı olan kimseleri, mecburi açlıklar yıpratamaz. Bunu asırlarca önce, büyük İslâm âlimi İbn-i Haldun o günün tıbbî bilgileriyle şöyle izah ediyor:

Bol nimetler içine dalmış olanların, kıt imkânlar içinde yaşayanlara nisbetle, kıtlık yıllarında çok çabuk öldükleri, açlığa tahammül edemedikleri görülmektedir. Bolluk ve genişlik içine dalarak, bol çeşitli yiyeceklere, bilhassa bol yağa alışmış olup da, bağırsak ve karınları tabiî rutubetten fazla rutubet kazanarak haddinden fazla aşırı dereceyi bulanlar, alışkanlıklarının tersine az yemeğe mecbur olunca; bol ve yağlı yiyecek çeşitleri bulamaz ve kaba yemekleri yemeğe başlarlarsa, bağırsakları çabuk kurur ve buruşur. Bağırsak, zayıf bir organ olup, hastalıklar ona çabuk sirayet eder ve ansızın ölüme sebep olur. Çünkü, bu öldürücü bir hâldir.

Kıtlık yıllarında ölenleri açlık öldürmez, onları, aslında önceden alışmış oldukları tokluk öldürür. Az katık ve az yağla geçinerek, bu yaşayışı alışkanlık hâline getirenler ise, tabiî olan normal rutubetleri artmadan eski halini muhafaza eder. Tabiî olan her türlü yemeği kabul eder. Bu gibi insanların yemeklerinin değişmesi, bağırsaklarda kuruma meydana getirmez, normalden uzaklaşmaz.

Doktorlar: “Açlık helâk edicidir” derler. Onların vehimleri, kendini birdenbire yiyeceklerden mahrum ederek aç bırakmak mânâsına hamledilmelidir. Bu takdirde, açlığın tesiri ile bağırsaklar kesilir ve helak etmesinden korkulan hastalıklar baş gösterir. Fakat sofilerin yaptıkları gibi, yavaş yavaş yemekleri azalt-

mak suretiyle riyâzetle olursa, helâke sebep olmaz. Riyâzeti bırakıp eski hâle, yani eskisi gibi çok yemeye dönmek istenildiği zaman dahi, tedrice riayet etmek, yavaş yavaş fazlalaştırmak gerekir. Birdenbire eskisi gibi yemek yenilmeye başlandığı takdirde, buna riayet etmeyen kimsenin ölmesinden korkulur.

Az yemenin eseri vücudlarda ve akılların sâfiliğinde ve kuvvetinde görülür (Mukaddime, 222).

Aslında rızıksızlık yüzünden ölenler yoktur. Çünkü Cenâb-ı Hakk, canlıların bedenine gönderdiği rızkın bir kısmını, ihtiyat için iç-yağı şeklinde depolamıştır. Hatta bedenin her hücresine gönderdiği rızkın bir kısmını, yine o hücrenin bir köşesinde depo eder. Gelecekte dışarıdan rızık gelmediği zaman, sarfedilmek üzere bir ihtiyat azığı hükmünde bulundurur.

İşte bu depolanan ihtiyat rızık bitmeden evvel ölüyorlar. Demek o ölüm, rızıksızlıktan değildir. Belki iradenin kötüye kullanılışından meydana gelen bir âdetin alışkanlık hâline gelmesinden sonra terkedilmesinden doğan bir hastalıktan ölüyorlar.

Evet canlının bedeninde iç-yağı şeklinde depolanan fıtrî rızık, ortalama kırk gün mükemmel olarak devam eder. Hatta bir hastalık veya ruhanî bir istiğrak neticesinde iki kırkı geçer. Hatta bir adam şiddetli bir inat yüzünden Londra hapishanesinde yetmiş gün sıhhat ve selâmetle, bir şey yemeden yaşadığını senelerce önce gazeteler yazdığı gibi, çok yakın senelerde gene İngiltere'de açlık grevine giden İRA gerillalarının daha fazla yaşadıklarını da radyo ve gazete haberlerinden öğrendik. Öyleyse açlıktan ölenler, eğer kırk günden evvel ölseler; katiyyen rızıksızlıktan değildir. Belki: "Âdetleri terketmek, helâk edici şeylerdendir" sözünün sırrı ile, fazla yeme alışkanlığından doğan bir âdetin terkedilmesinden ileri gelmiştir.

İşte Peygamber Efendimiz (s.a.s.)'in sünnetine uyarak; sade yaşayışa, az yemeye alışan, senede bir ay oruç tutan insanlar, böyle bir tehlikeden uzaktırlar. Çünkü onların bünyeleri, hücre-

lerindeki depo besinleri oruçlu zamanlarında kullanma alışkanlığı kazanmıştır.

Oruç ve İnce Duygular

Mide fabrikasının çok hademeleri var. Hem onunla alâkalı çok insanî cihazlar var. Nefis, eğer muvakkat bir ay'ın gündüz zamanında mideyi; işlerden, meşguliyetlerden tatil etmezse, o fabrikanın hademelerinin ve cihazların, hususi ibadetlerini onlara unutturur, kendiyle meşgul eder, tahakkümü altında bırakır. İnsanın diğer cihazlarını da o manevî fabrika çarklarının gürültüsü ve dumanları ile müşevveş eder, karışıklığa uğratır. Nazar-ı dikkatlerini kendine çeker. Ulvî vazifelerini muvakkaten unutturur.

Ondandır ki, eskiden beri çok veliler, kemâle ermek, olgunlaşmak için; riyâzete, az yemek ve içmeğe kendilerini alıştırmışlar.

İşte Ramazan-ı Şerif orucu ile, o fabrikanın hademeleri anlarlar ki; sırf o fabrika için yaratılmamışlar. Diğer cihazlar da, o fabrikanın süfli, âdi eğlencelerine bedel, Ramazan-ı Şerif'de melekî ve ruhânî eğlencelerde lezzet alırlar; nazarlarını onlara dikerler.

Onun içindir ki, Ramazan-ı Şerif'de mü'minler, derecelerine göre, ayrı ayrı nurlara, feyizlere, manevî sürûr ve sevinçlere mazhar oluyorlar. Kalb ve ruh, akıl ve sır, hafâ ve ahfâ lâtifeler ve ince duygular, o mübarek ayda oruç vasıtasıyla çok terakki ediyorlar ve feyiz alıyorlar. Midenin ağlamasına rağmen, onlar masûmane gülüyorlar.

Oruç ve Nefis Terbiyesi

Nefis, Rabb'ini tanımak istemiyor: "Ben, sizin en büyük rabbinizim" diyen firavun gibi kendisi bir rubûbiyet istiyor. Ne kadar azablar çektirilirse, o damar onda kalır. Fakat açlıkla o da-

mar kırılır. İşte Ramazan-ı Şerif'teki oruç, doğrudan doğruya nefsin firavunluk cephesine darbe vurur, kırar. Âcizliğini, zayıflığını, fakirliğini gösterir. Kul olduğunu bildirir. Halbuki hiçbir had ve sınır koymadan gelişigüzel çeşitli nimetleri yalayıp yutarak nefsin şımartılması, onu gerçek durumu idrakten uzaklaştırır.

Hadîsin rivayetlerinde vardır ki, Cenâb-ı Hakk nefse demiş ki: "Ben kimim, sen nesin?" Nefis demiş: "Ben benim, sen sensin." Azab vermiş, cehenneme atmış, yine sormuş. Yine: "Ben benim, Sen sensin" demiş. Hangi nevi azabı vermiş, nefis gene enaniyetten, benlikten vazgeçmemiş.

Sonra açlık ile azab vermiş, yani aç bırakmış. Yine sormuş: "Ben kimim, sen kimsin?" Nefis bu sefer şöyle demiş: "Sen benim Rabb-i Rahîmimsin, şefkatli mâlikimsin; ben de senin âciz bir abdin, muhtaç bir kulunum."

Oruç ve İnsan Sağlığı [18]

İnsan sıhhati için, düzenli bir hareket ve çalışmanın yanı başında, alacağı gıdaları da belli prensiplere göre almasının ehemmiyeti büyüktür. Vücudun maddî atalet ve durgunluğu; ruhî durgunluğu da beraberinde getireceğinden, maddî-manevî rahatsızlıkların başlıca sebebi olacaktır. Belli yaş sınırlarını aştığımız vakit, farkına vardığımız çeşitli hastalıklar, daha önce aldığımız alışkanlıkların kötü neticelerinin dışarı vurmasından ibarettir.

a. Aşırı Yeme ve Şişmanlık

Sebebi ne olursa olsun, aşırı yemeyi, ilim, hastalık olarak kabul etmektedir. Umumiyetle kırk yaşına kadar şişmanlık bir şikayete sebep olmasa da, ondan sonra çabuk yorulma, nefes darlığı, eklem ağrıları başlayabilir. Şişmanlarda şeker hastalığı, damar sertliği, koroner (kalb damarı) hastalıkları, gut, eklem hastalıkları, safra kesesi taşı, kalb yetersizliği daha sık görülmektedir.

18) Dr. Polat Has, Sızıntı, Ağustos-1979

İstatistiklere göre şişmanlar, zayıflardan daha az yaşamaktadırlar. Şişman kadınlarda âdet bozuklukları ve kısırlık, şişman erkeklerde iktidarsızlık ve sperm bozukluklarına daha fazla rastlanmaktadır. İleri derecede şişmanlık bir tip “hypo vantilasyon sendromu”na yol açmaktadır. Aşırı şişmanlık dolayısiyle, diyafragma ve göğüs hareketleri sınırlandırılmış olacağından nefes alışta azalma, oksijen azlığı ve kalb yetersizliği husule gelir. Buna “Picwick sendromu” denir.

Şişmanlık bu kadar hastalık yaptığına göre insanların belli zamanlarda perhiz yaparak, oruç tutarak bundan korunmaya çalışmaları gerekmektedir.

Dünyanın en meşhur sağlık evi olan Dr. Henri Lahman’ın Saksonya’nın Dresden şehrindeki hastanesinde tedaviler, perhizle yapılmaktadır. Bu sağlık evlerine Dr. Berserbern’e ait sağlık evi ile Dr. Molier ve diğerlerinin sağlık evlerini dahil edebiliriz. Buralarda tedavinin esasını, vücuda -ihtiyaç fazlası gıda artıklarından kurtarmak ki, bunlar muhtelif organları rahatsız eder- ve sindirim organlarına istirahat fırsatını vermek teşkil eder.

Bu metodla kalb ve dolaşım hastalıklarında -gerek kolestrolde düşme, gerek tuz kısıtlamasıyla tansiyonda düşme ile- iyi neticeler alınmaktadır. Ayrıca idrar tutuklukları ve sinir sistemi ile ilgili hastalıklarda da perhiz usûlü ile iyi neticeler alındığı bildirilmektedir.

Tıbbî bir hakikattır ki; Perhiz, tedavinin başı; mide ise, hastalıkların yuvasıdır.

Kanuni devrinde az ve iki öğün yeme alışkanlığı ile sağlıklı olma arasında bir irtibat kurmak mümkündür.

Fazla yedikten sonra kalb ve vücudun bütün organları yorulmaya başlar. Böylece kan, beynin ve merkezî sinir sisteminin hücrelerine gidemez. Bunlardan başka “Mallery Weis Sendromu” (Yemek borusunun aşağı kısmının yırtılması) akut ve müz-

minleşmiş "Pankreatik (Pankreas iltihabı), "Zieve Sendromu" (bir karaciğer hastalığı), fazla yemek ve alkol kullanmadan sonra klinik belirti verirler.

Endokrinoloji mütehassısları, fazla yiyenlerin şeker hastalığına yakalanma nisbetinin fazla olduğunu belirtmektedirler. Kalb mütehassısları da fazla yemek ile, kalb krizi arasında bir irtibatın olduğunu söylemektedirler.

Bütün bunlardan anlaşıldığı üzere perhiz ve oruç, insan sağlığı için şarttır. Perhiz ve orucun vücud ve ruh sağlığı bakımından sayılamayacak kadar çok faydaları vardır. Bilhassa oruç, perhizlerin en mükemmel şeklidir.

Batı Almanya'nın Nordheim Westfalen şehrindeki Kanser Enstitüsü uzmanlarından Prof. Dr. C. L. Paul Trieb; yaptığı araştırmalardan sonra orucun, insanı kanserden koruduğunu ortaya koydu. Prof. Treb'ün, tıp dünyasında büyük bir alâka gören raporuna göre; oruç tutan insanlarda "Adrenalin ve Kortizon" adı verilen hormonlar bol miktarda kana karışıyor, vücudun en ufak yapıtaşı olan hücrelerin azalıp çoğalmasını önleyen bu hormonlar, aynı tesirlerini kanser hücresi üzerinde de gösteriyorlar. Böylece hücrelerde kanserin gelişmesi de engellenmiş oluyor. Ord. Prof. Dr. Kâzım Gürkan: "Oruç, bir rejimden ibarettir. Düşünmeli ki, bu rejimin en büyük tedavi yolu olduğu bir prensip olarak konduğu zaman tansiyondan, kolesteroldan, lipidden bu insanların haberi yoktu. Bundan dolayı ben, bu dinî rejime yani oruca çok saygı duyarım" diyor.

b. Niçin Oruç Farklı Mevsimlere Rastlıyor?

"Noro Vegetatif" sistemin, denge bozukluklarında "parasempatik" sistem faaliyetinde artmalar, mide ifrazı ve gastrin hormonunun fazlalaşmasına yol açar.

Neticede mide veya oniki parmak bağırsağı ülseri ortaya çıkar."Noro Vegetatif" sistemindeki değişiklikler, bilhassa ilk ve

sonbaharda olmaktadır. Fakat bu, yılın diğer zamanlarında da olabilmektedir. Mide ülseri, açlık ağrıları ile alâkalı olduğundan bu perhizlerin, oruçta olduğu gibi yılın farklı zamanlarına denk gelmesi uygundur.

Çeşitli meyveler ve yemekler için belli mevsimler vardır. İnsanlar değişik zamanlarda perhiz yapmakla belli zamanlarda her yiyeceğe karşı kendini tutabilme alışkanlığı kazanır. Bu da insanı çeşitli hastalıklardan korur. Bilindiği gibi bazı hastalıklarla yiyecekler arasında uyuşmazlık vardır. Meselâ: Acı, ekşi, turşu, baharat olmak üzere çeşitli yiyeceklere, bazı cilt hastalıkları tolerans göstermez. Yine allerjik hastalıkların çeşitli yiyeceklerle alâkası vardır.

Netice itibariyle insanların farklı zamanlarda, farklı mevsimlerin yiyeceklerine karşı perhizi, bu hastalıklara karşı onları koruyucu olur. İnsanın doğumdan ölümüne kadar devamlı surette çalışan sindirim sisteminin, senenin belli ayında yarım günden (12 saattan) fazla dinlendirilmesinin tıbbî faydaları tartışılmaz bir hakikat olarak karşımıza çıkmaktadır. Her oniki ayın birinde, vücudun dinlendirilmesi demek olan orucun da, vücuda kazandırdığı faydaların yanında koruyucu hekimlik yönünden faydaları inkâr edilemeyecek kadar açıktır.

c. Beslenme Rejiminde Bir Aylık Değişiklik

Ayrıca, bir ay vücudun değişik bir beslenme rejimine adaptesi (uyumu), vücudun hastalıklara karşı mukavemetini arttırır, gıda maddelerinden vücuda tam istifade fırsatını temin eder. Bütün gün hafif vücudla çalışmayı, geceleyin de tam bir istirahat ve beslenmeyi sağlar. Bu esnada gösterilen sabır ve tahammülün şahsiyet teşekkülündeki rolü, kanın bağırsakta değil de beyinde kullanılması neticesi kişiye salim bir düşünüş; eşyayı kendi kıymetine göre tanıma ve hâdiselere bakışta berraklık kazandırma-

sı ele alınırsa, bu çeşit bir perhizin yani orucun insan için zaruri olduğu kesinlik kazanmış olur...

Orucun Tıbbî Hikmetleri [19]

Oruç vücudun bütün sistemlerine tesir yapan, sıhhat veren bir özelliğe sahiptir. Ancak bir kimse sıhhat için oruç tutarsa, orucu makbul olmaz. Allah emrettiği için tutacak ve hikmet de, bir lütuf halinde zuhur etmiş olacaktır.

a. Sinir Sistemi

Oruçlu kimse beslenme faaliyetinin azalması dolayısiyle farkına varmadan birçok lüzumsuz yorgunluklardan kaçınır. Aynı zamanda her fert iktisadî gücü nisbetinde, iftar ve sahurda fazla gıda ve vitamin alır, diğer taraftan şehvet ve cinsi arzunun istirahat halinde oluşu, bütün sinir sistemine açık bir sıhhat sağlamaktadır. Bazı kimselerin oruçluyken sinirli oluşlarının sinir sistemiyle alâkası yoktur. Ve nefse ait mânevî bir keyfiyettir.

Karaciğer, oruçlu fertlerde istirahat halinde olduğu için birçok zehirli maddeleri tahrip ederek, sinir sistemini yorgunluk dediğimiz vahim dertten kurtarır.

b. Deveran Sistemi

Oruçluyken, gündüzleri kanda kollesterin seviyesi düşer. Damar cidarlarında biriken eski kollesterin artıkları yavaş yavaş kan deveranına karışarak sertliklerini giderirler. Ayrıca, özellikle öğle sonunda tansiyon biraz düştüğü için, damarlardaki az tazyik sebebiyle büsbütün bir istirahat meydana gelir. Böylece bu günün en korkunç hastalığı olarak bilinen "arterioskleroz" (kalp tıkanması ve felçlerin sebepleri), oruç ve abdestin müşterek tesiriyle âdetâ yok olur.

Ben oruçlu ve devamlı abdest alan 300 ihtiyarın tansiyonları üzerinde yaptığım tetkikte, kendilerinde en ufak bir arterioskle-

---

19) Dr. Haluk Nurbaki, Zafer Dergisi, Haziran 1983

roz arâzı olmadığını ve 65'den yukarı olan yaşlarına rağmen tansiyonlarının 12'nin üstüne çıkmadığını hayretle müşahede ettim.

Kalbe gelince; kalb üzerinde kötü tesir yapan üç cihet vardır: Damar sertliği, sinir yorgunluğu ve midenin devamlı tazyiki. Bu üç cihet de oruçlu kimsede otomatik olarak bertaraf olur.

c. Hazım Sistemi

Doğuştan ölüme kadar durmadan çalışmak zorunda olan hazım sistemi, oruçta vasati olarak günde dört saat mutlak istirahate geçer. Dolayısiyle yıpranan taraflarını tamir imkânını bulur.

Orucun en açık sıhhat tesiri, karaciğer üzerinedir. Vücudun çeşitli sahalarında olmak üzere yüzlerce vazifesi vardır. Yağları hazmeden safrayı yapmaktan tutun da, hastalıklara karşı muafiyet maddesi hazırlamaya kadar bütün işler; daha doğrusu bedendeki her kimyevî hâdise, karaciğer içinde meydana gelir. Pek nâdir olarak hastalanır ve çok yüklenince görevlerinin bir kısmını eksik yapmak zorunda kalır. Bugünün tıbbı, birçok hastalıkların başlangıç sebebini (yani vücut mukavemetinin kırılması, muafiyet teessüs edemeyişi gibi halleri karaciğere ve onun yüklü olmasına bağlar. İşte oruç karaciğere bir günde üç dört saatlik bir istirahat sağlar. Gerçi karaciğer vazife ve faaliyetini tâdil etmez, ama limit bir yavaşlama gösterir. Böylece her organda olduğu gibi karaciğerde de istirahat yanında umumi revizyon ve yenilenme vukû bulur. Vücudun müdafaa, kan kimyası ve hazım cihazı, böylece en ideâl şekle döner. İşte oruç, sağlığın korunmasındaki felâh bulucu mânâsını böylece maddeleştirir.

d. Kan Kimyası

Vücudun en önce kimya olayları, kanda cereyan eder. Çeşitli gıda maddeleri, müdafaa maddeleri ve hayatî teneffüs enzimleri

muayyen bir kan seviyesinde tekrar eder. Bu maddeler yoğunluklarını arttırdıkça, vücut bunu telâfi için çetin bir faaliyet gösterir. Oruçlu kimselerde bu maddeler, en düşük seviyede kalır. Dolayısiyle kandaki kimyevî olaylar büyük bir kolaylık içinde seyreder. Zayıf olduğu için oruç tutmayan kimseler bilmezler ki; kendilerini kemiren sebep, oruçsuzluktur. Çünkü zayıflarda kan kimyası, bir türlü denge sağlayamamaktadır.

e. Ürogenital Sistem

Gerek sinir sistemi sükûneti, gerekse bakışlarda bile cinsî arzuyu frenleyen bir şehvet perhizi, şüphesiz ki cinsi hayat için çok kıymetli bir özellik taşır.

Böbreklerin, gıdalardaki yanma ürünlerini süzdükleri ve bu işi sürekli olarak yaptıkları nazarı itibara alınırsa, oruçlu kimselerin dört saat içindeki istirahatları daha kolay anlaşılabilir. Âdeta insan sağlığını koruma vazifesi oruca verilmiş ve bu cihet, İlâhi bir emr-i vâki olarak ihsan edilmiştir.

Kompleksimizin Her Unsuru İçin Oruç

Maddî ve manevî her bir cihazatımız; orucun feyzinden ayrı ayrı istifade eder.

Beden için oruç; yukarıda saydığımız tıbbî hikmetleri her hücremiz benliğinde sezdiği için, büyük bir sevinç ve ferah içinde kalır. Onun içindir ki, oruçlu kimse âdeta acıkmaz ve susamaz. Oysa ki, oruç tutmayan, fakat oruç süresi içinde aç ve susuz kalan bir kimsede bu ihtiyaç, dayanılamayacak bir dereceye ulaşır.

Nefis için oruç; Cenâb-ı Hakk nefsi yarattığı zaman; “sen kimsin?” diye hitap etti: Nefs de: “Ben benim, Sen sensin” diye cevap verdi. Allah (c.c.) bu âsi hitaptan dolayı nefsi çeşitli imtihanlara tâbi tuttu. Nefs yine: “Sen sensin, ben benim” dedi. Vak-

ta ki Allah (c.c.) nefsi aç bıraktı. O zaman nefs: "Evet Rabbimsin" dedi.

Buradaki açlık anlamı yalnız beslenme ve gıda mânâsında değil, bütün arzulara karşı anlaşılmalıdır. Onun içindir ki, farz ibadetler sıralanırken, başta oruç zikredilir. Orucun tamamlanması için nefsin kötü huylarının terki gerekir. Şehvet ve gurur gibi ahlâki zaafların yok edilmeleriyle, oruç nefse de intikal etmiş olur. Âyet-i kerimede orucun cinsî yasakla tahdidi, bu ciheti açık şekilde bildirmektedir.

Nefsin fiili sahada bedenle işbirliği yaptığı oruç da şöyledir: Lisanda her nevi kötü konuşmakdan sakınmak, nazarda haramdan kaçınmak, kullukta Allah'ın yasak ettiği çirkin kelâmlardan perhiz ve nihayet her zaman haramdan otomatikman men olmuş olması ve takvanın alışkanlık haline gelmesi de, beden ve nefsin müşterek oruç tarzıdır.

Ruh için oruç; zevkini, saadetini, acısını, sıhhatini Allah için hissederse, ruh oruçta demektir. Yani o insan, zevkleri olduğu gibi acı ve sıkıntıları da, Allah (c.c.) namına karşılamalıdır.

Gönül için oruç; bir kimsede, Allah (c.c.) sevgisiyle Fahr-ı Kâinat ve Ehl-i Beyt sevgisinden gayri sevgi kalmazsa, o insanın gönlü oruçda demektir.

Artık o gönül bahşiş kabul etmez. Ve o yüce sevgilerin gayrısına yönelemez.

Ne mutlu o insanlara ki, orucu bu dört unsuru ile birlikte tutar ve Rabblerinin rızasına nail olurlar.

Maddî ve Manevî Yönden Oruç

Orucun şartlarından birisi niyettir; yani o işin ne zaman, ne maksatla, hangi gaye ile yapıldığını önceden bilip plânlamak, daha doğrusu şuurlu olarak yapmaktır. Demek oluyor ki, tesa-

düfen aç kalış oruç değildir. Orucun hem maddî, hem manevî yönü vardır.

1) Oruç, irade terbiyesiyle ilgili bir ibadettir, kulluk görevidir. Bu yüzdendir ki, herhangi bir sebeple oruç tutmayan bir müslüman, bu orucu sonradan tutmadığı günlerin sayısı kadar tutmakla mükellef tutulur. Halbuki nefsine hâkim olmayarak iradesizlik göstererek niyet edip tutmuş olduğu Ramazan orucunu, mecburi bir sebep olmaksızın bilerek bozarsa kefaret lâzım gelir. Yani yediği oruçları kaza ettiği gibi ayrıca Allah (c.c.)'a karşı vermiş olduğu bir sözü mazeretsiz yerine getirmemenin cezası olarak aralıksız 60 gün oruç tutması da gerekir. Dikkat edilirse bilmekle yapmak aynı şey değildir, aralarında bir mesafe vardır. Meselâ içki kullanan bir doktor, içkinin zararlarını herkesten daha iyi bilir, fakat bile bile o zehiri içmekten kendini alamaz.

Bu da bize gösteriyor ki, insanların fenalıkları, sadece cehaletinin eseri değil, belki bir çok fenalıklar irade zayıflığının ve kötü alışkanlıklarının neticesidir. Bütün servetini bile bile kumara verenler, bir hiç yüzünden cana kıyıp bütün bir hayat boyu pişmanlık duyan katiller, bütün imkânlara sahip olmasına rağmen tahsilini yarıda bırakıp kendisini aldatıcı duygularının cereyanına kaptırarak nefsinin esiri olan zavallılar, devamlı olarak sigara ve benzeri alışkanlıklardan yakınıp bir türlü bırakmayan nice insanlar hep bu ruh ve irade eğitiminden yoksun olmanın kurbanlarıdır. Gemsiz, eğersiz, azgın, hırçın bir atın, sahibini sürüklemesi ve başını taştan taşa vurması ihtimali çoktur. İşte oruç azgınlaşan, serkeşleşen nefsimizin yularını elimize verip onu uslandıracak ve Hakk'a baş eğecek bir binek durumuna getiren müstesna bir terbiye usulü ve bir ibadettir. Gerçekten de çevremiz, iştihamızı kabartan, duygularımızı kamçılayan, çeşit çeşit nimetlerle doludur. Oruç denen ibadetle Allah'ın rızası için onlara el uzatmamaya söz veriyor, yememizi, içmemizi ve diğer arzularımızı yine Allah'ın hoşnutluğu için belirli saatlerde frenle-

yip tatil ediyoruz. Böylece hayvanlık tarafımızı bırakıp âdetâ melekliğe doğru bir adım atıyoruz ve bu işleri bilerek, isteyerek ve niyet ederek yapıyor, irademizi kuvvetlendiriyor, Allah'ın hoşnutluğuna uygun çabalarla kalp ve ruhumuzu nurlandırıyoruz.

2) Her insanda az çok kendisini üstün gören ve her şeye tercih eden öyle bir egoizm, öyle bir benlik duygusu vardır ki, Firavun ve Nemrut misali, hiç ölmeyeceğini ve dünyada sonsuza kadar yaşayacağını sanır. Kendisini âdetâ bir çeşit ilâhlık duygusuna kaptırır. Halbuki oruç tutan bir kişiyi ele alalım; sadece bir günlük açlıkla gözlerinin ferinin gittiğini, bacaklarının titrediğini, kısa bir müddet içinde bedenî kuvvetlerinde de bir düşüş olduğunu, faaliyet ve tesirinin azaldığını görecek, böylece kendisinin o yüce varlık karşısında güçsüzlüğünü anlayacaktır.

(Dr. F.A.)

İslâmî Oruç Üzerinde Biyokimyasal Bir Araştırma [20]

Prof. Dr. M. Münip Yeğin, Doç. Dr. Mustafa Ünal,

Doç. Dr. Turhan Soysal, Uz. Dr. Abdülkadir Usta,

Uz. Dr. M. Yaşar Çil, Doç. Dr. Selma Çekirdek, Uz. Dr. Ekin Önder, Uz. Dr. Gökhan Timuralp, Uz. Ecz. Vedat Akın, Uz. Kimy. Zeki Arı, Uz. Kimy. Ebubekir Bakan, Uz. Y. Kim. Müh. Serpil Tuncel, Doç. Dr. Hüseyin T. Sessiz, Dr. Bülent Akpınar.

Giriş

Burada arzedeceğimiz husus İslâmi oruçta Biyoşimik Kan tablosunun incelenmesidir. Böyle bir konuyu seçişimizin iki sebebi vardır. Bunlardan birincisi son senelerde orucun muhtelif hastalıkların proflaksisinde ve tedavisinde, hekime yardımcı olduğuna dair yayınlanan bir kısım neşriyat ki, meselâ; arterioskleroz, tansiyon yüksekliği, şişmanlık, infarktüs, angina pektoris ve kolesterol yüksekliği gibi çeşitli hastalık veya semptomları kapsamaktadır. İkinci husus ise bu konularda çok sayıda öğren-

---

20) Atatürk Üniversitesi Tıp Fakültesi Biyokimya Anabilim Dalı

cilerimiz ile bir kısım halkımız tarafından bize vaki çeşitli sualların tevcih olunmuş bulunmasıdır.

Aşırı beslenmeler, kuvveti artırma şöyle dursun, bilâkis hem kuvvetimizi düşürmekte ve hem de iktisadi durumumuzu sarsmaktadır. Bunun sebeplerini üç maddede topluyorlar:

1) Her türlü fazla gıda, hazım kanalında ve dahili organlarımızda birikerek fuzuli bir yer işgal eder ve o uzvun vazifesini icabına göre yapmasını engelleyerek lüzumlu hücrelerin yeteri kadar ve muvazeneli beslenmelerine mâni olur.

2. Vücut kendisine verilen fuzuli besinlerin şerrinden korunabilmek için hazım kanalı organlarının vazifelerinde azaltma yaparak mide-barsak-karaciğer ve böbrek hastalıklarını benimser ve şikayetlere başlar (Kabızlık, şişmanlık, Damla Hastalığı, Romatizma, Arterioskleroz ve muhtemelen Kanser ve diğerleri gibi).

3. Fazla olarak alınan besinlerin her molekülü için hazım kanalının vazifeleri tarafından litrelerce hazım suları ve pek kıymetli Enzimler boşuna harcanır ve onların nötralize olunarak ve hiç kullanılmaksızın vücuttan atılmalarına çok büyük ve boş gayretlerle yüksek bir enerji sarf olunur.

Münakaşanın Özeti

Total açlık araştırmaları şu sonuçları vermiştir:

1. Açlığın ilk günlerinde kan ve idrar üresi artar.

2. Ürenin fazlalaşması, vücut proteinlerinin yıkımındaki artışa yani kandaki protein miktarlarının azalmış oluşuna işarettir.

3. Dört haftalık açlıkta glisemi seviyesi % 80 mg.dan aşağı düşmez. Ancak 5. haftada % 75 mg. ve daha aşağı olabilir.

4. Serbest yağ asitleri artar; bu hâl lipidlerin yıkılışına işarettir.

5. Kandaki amino asidlerin miktarları azalmıştır; bu azalış glikoneogenezis'in süratine tâbidir.

6. Kanda keton cisimleri artmıştır ve idrarla bol miktarda aseton atılır.

7. Total açlıkta fazla kilo kaybı vardır.

Toplam 100 oruçlu üzerinde yapılan analizler ile 54 oruçluda yapılan tanımların verdiği rakamlara göre, İslâmi oruçta aynı maddelere isabet eden sonuçlar ise şöyledir:

1. Kandaki üre artmamıştır.

2. Kandaki protein miktarları azalmamıştır.

3. Glisemi seviyesinde sadece % 83.91 mg'a kadar bir düşüş görülmüştür.

4. Serbest yağ asitleri artmamış hatta eksilmiştir.

5. Amino asidlerin kandaki miktarları artmıştır.

6. İdrarda aseton tesbit edilememiştir.

7. İslâmî oruçta kilo kaybı, yok denecek kadar azdır.

Sonuç

Araştırmamız tamamen müspet ilim usûlleriyle yapılmış olup elde olunan rakamlara aşağıdaki hususları ortaya koymuştur:

1. İslâmî oruçta bir fizyolojik açlık (yani hakiki açlık) tablosuna rastlanmadı.

2. İslâmî oruçta yağ depolarının harekete geçirilmesi suretiyle lipid metabolizmasının fizyolojik sınırlar içinde süratlenmiş olduğu düşünülebilir. Bu sayede damar sertliğine sebep olan "Ateroskleroz"un teşekkül etme ihtimali azalmaktadır.

3. İslâmî oruç 20. asrın aterosklerozu ve ona eşlik eden kolesterol yüksekliği, hipertansiyon, angina pektoris, enfarktuslar ve bazı böbrek rahatsızlıkları gibi zenginlik ve refah hastalıklarına

yakalanmamak için en mükemmel bir "Tıbbi proflaksi" veya "Sağlık kazanma ekzersizi"dir.

4. İslâmî oruçta açlık hissi duymak, istediği her an yeyip içebilme alışkanlığının kişiye verdiği "Psikolojik bir hâdise" olup, buna "Psikolojik açlık" veya "Yalancı açlık" diyebiliriz.

5. İslâmî oruç bazı nadir hastalıklar dışındaki durumlarda önemli bir "şifa vasıtası"dır.

6. İslâmî oruç "açlık" olmadığına göre, sadece bir "Total perhiz"den ibarettir.

Özet

Muhtelif meslekten 18-65 yaşlar arasında 84 erkek ve 16 kadından müteşekkil 100 kişiden Ramazandan önce ve Ramazanın sonuncu haftası içinde açlık kanı alınarak çeşitli analizler yapıldı. Ayrıca çeşitli meslekten ve 10-47 yaş arasında (yaş ortalamaları 30-54 olan 42 erkek ve 12 kadından ibaret 54 kişinin Ramazandan önce Ramazanın son haftası içinde ve yine Ramazandan tam bir ay sonra vücut ağırlıkları tartıldı.

Yapılan analizlerin istatistiki değerlendirmeleri sonunda, İslâmî oruç ile açlık vetiresinin tamamen birbirinden ayrı vasıflara sahip oldukları tesbit edildi. İslâmi oruçta vücut depo yağlarının mobilizasyon kazanması sayesinde orucun asrımızdaki zenginlik ve refah hastalıkları için bir nevi "sağlık kazanma ekzersizi" olduğu kanaatına varıldı.

Not: Bu araştırma, birçok bölümleri atlanılarak iktibas edilmiştir.

Nefse Vurulan Dizgin: Oruç

İnsanların diğer canlılardan farklı olarak duygularına sınır konulmamıştır. Bu bakımdan yapacakları iyilik ve kötülüklerin sınırı olamaz. Bu durum insanlar için bu dünyanın imtihan dünyası olmasından dolayıdır. İstediği gibi terakki veya tedenni ede-

bilmesi için irade hür bırakılacaktır. Yani meleklerden üstün olanı da, hayvanlardan aşağı düşeni de olabilecektir.

Bu bakımdan İslâmî esaslar iradeye bağlı bir sınır getirerek, kabiliyetlerin iyi yönde geliştirilmesini hedef almıştır. İşte böylece nefsin ve kötü arzularının sınırlanması gerekmektedir. Eğer her alanda sınır tanımadan nefsin isteklerine uyulursa, insanlık melekiyet mertebesinden kelbiyete düşecektir. Bugün batı medeniyetinin temsilcilerinin durumu meydandadır. Çünkü, o medeniyetin cazibedar hizmeti heva ve hevesi, şehevî duyguları kamçılama, kötü istek ve arzuların elde edilmesini kolaylaştırıp tatmin etmedir. Bundan sefih, nefsanî bir yaşayış ortaya çıkar. İnsanlık mânen değişiyor. Suretâ insan olsa bile, siretâ (ahlâkça) dört ayaklılar gibi oluyor. Şu medenilerden çoğunun eğer içini dışına çevirirsek başta maymunla tilki, yılanla ayı, hınzır sireti olur sûretleri. Hayâli, karşımıza postları ile tüyleri gelir. Paris'e gidip en büyük localarına girsek göreceğiz ki, akrepler insan elbisesi giymişler, ifritler adam sûretini almışlar.

Evet insanlığın mükellef bulunduğu sınırlamalarla hareketlerini sınırlamayınca, düşülen bu çirkefliği bugünkü insanlığın durumunu aksettirmektedir. Şehevî ve nefsî arzuların mutlaka gemlenmesi ve itaata alıştırılması lazımdır. Bu bakımdan oruç en uygun bir sistemdir. Çünkü bu nefsin zaptedilmesinin pratik yolu farz olan orucu tutmaktır. Kötü duygular baskı altında tutulup her istekleri yerine getirilmezse şımarıp dizgini ellerine alamazlar.

3. BÖLÜM

ZEKAT

Zekât

Zekât insanları cimrilik hastalığından kurtarıp, hayır yapmaya alıştırdığı, cemiyette suç işleyebilecek, fesat çıkarabilecek, dilencilik zilletine düşebilecek kişileri bu durumlardan kurtarıp, baştan yılanın başını ezip, yuvasını dağıttıktan sonra, sosyal yapıyı kurtardığı, medeniyetleri yıkan iç savaşları önlediği, mal ve mülkün Allah'a ait olduğunu ilân ve ifade ettiği gibi, İslâmiyet'in yayılmasına en güzel bir vesiledir. Çünkü zekâtın verildiği yerlerden biri, kalpleri müslümanlığa ısıtılacak kimselerdir. Birisi de İslâmiyet'in yayılması için cihad edenlerdir. Evet İslâmî hizmetleri yürütecek kişilerin maddî problemleri, geçim sıkıntılarını hiç düşünmeden, serbest ve rahat bir şekilde hizmete koşması gerekir.

"Sadakalar (zekâtlar), Allah'tan bir farz olarak ancak, fakirlere, düşkünlere, onlar üzerinde çalışan (zekât toplayan) memurlara, kalbleri (İslâm'a) ısındırılacak olanlara, kölelik altında bulunanlara, borçlulara, Allah yoluna ve yolcuya mahsustur" (Tevbe, 60).

Zekâtın hem ibadet yönü, hem iktisadî ve içtimaî yönü vardır. Yani insan zekât vermekle Cenâb-ı Hakk'a karşı vazifesini yap-

mış ve bütün mülkün Allah'a ait olduğunu itiraf etmiş olur. Öbür taraftan iktisadî hayatın canlılığı, içtimaî çalkantıların durulması, insanlar arasında dayanışmaya bağlı tatlı bir yaşayışın kurulması için zekâtın ehemmiyeti büyüktür.

Mü'min, bütün meselelerinde Allah'a teslim olacaktır. İşte iktisadî hayatta da bu teslimiyetin işaret ve alâmeti, zekâtını Allah'ın rızası için O'nun emrettiği yerlere sarfetmesidir.

Şimdi zekâtın bazı hikmetleri üzerinde duralım:

1. Kur'ân'ın düsturları, kanunları, ezelden geldiğinden ebede gidecektir. Medeniyetin kanunları gibi ihtiyar olup ölüme mahkûm değildir. Daima gençtir, kuvvetlidir. Meselâ: Medeniyetin bütün hayır cemiyetleri, bütün cebbarâne şiddetli inzibat ve nizamları, bütün ahlâkî terbiye sistemleri ve mektepleri, Kur'ân-ı Kerim'in iki meselesine karşı muaraza edemeyip mağlup düşmüşlerdir.Meselâ: "Namazı dosdoğru kılınız ve zekâtı veriniz" (Bakara, 43) âyeti ile "Allah alış-verişi helâl, faizi haram kılmıştır" (Bakara, 275) âyeti dinî hayat ile içtimaî hayatı ayakta tutan iki esastır. Çünkü namaz, Allah'ın azametini, büyüklüğünü, her an herşeyden haberdar olup bizleri yaptıklarımızdan hesaba çekecek bir ilim ve kudret sahibi olduğunu kalblerde tesbit eder, namaz dışında da kalb ve kafalarda kötülüklere karşı bir yasakçı bırakır... Akılları Allah'a çevirip yöneltmekle ilâhî adalete boyun eğdirip İslâmî kanunlara itaat duygusu verir. Zaten insan yaratılıştan toplu halde yaşamaya mecbur olduğundan şahsî ve içtimaî hayatını kurtarmak için ilâhî kanuna muhtaçtır. Namaz gibi böyle güzel bir vesileye riayet etmeyen veya tembellikle namazı terkeden insanlar ve toplumlar çok büyük zararlara uğrarlar. "Namaz dinin direği" olduğu gibi "Zekât da İslâm'ın köprüsüdür." Efendimiz (s.a.s.) bu iki hadîs-i şerifleriyle, namazın, dini; zekâtın da asâyişi koruyan ilâhi iki esas olduğunu ifade buyurmuşlardır... Evet müslümanların birbirine yardımları ancak zekât köprüsü üzerinden geçmekle yapılır... Zira yardım

vasıtası zekâttır. İnsanların toplum yaşayışlarında intizam ve asâyişi temin eden köprü zekâttır. İnsanlık âleminde içtimaî hayatın ayakta durması yardımlaşmaya bağlıdır. İnsanların maddî-manevî yükselmelerine engel olan isyanlardan, ihtilallerden, ihtilaflardan meydana gelen felaketlerin ilâcı yardımlaşmadır.

Evet, zekâtın farz; faizin haram kılınmasında büyük bir hikmet, yüksek bir fayda ve maslahat, geniş bir rahmet vardır. Evet, eğer tarihî bir bakışla şu âlemin sayfalarına bir bakacak olursan, o sayfaları lekelendiren insanların kötülüklerine, hatalarına dikkat edersen, toplumların yaşayışında görünen ihtilaller, fesadlar ve bütün rezil ahlâkların iki cümleden doğduğunu görürsün:

Birincisi: "Ben tok olayım da, başkası açlığından ölürse ölsün bana ne!"

İkincisi: "Sen zahmetler içinde boğul ki, ben nimetler ve lezzetler içinde rahat edeyim; sen çalış ben yiyeyim; senden emek, benden yemek!..."

İnsanlık âlemini zelzelelere maruz bırakmakla yıkılmaya yaklaştıran birinci anlayışı yok edip kökünü kazıyacak olan ancak zekâttır.

İnsanlığı umumî felaketlere sürükleyen ve bolşevikliğe sevkedip yükselme ve asayişi mahveden ikinci anlayışı kökünden kesip atacak olan da faizin haram kılınışıdır.

Toplum hayatını koruyan intizamın en büyük şartı, insanların tabakaları arasında boşluk kalmamasıdır. Üst tabaka, alt tabakadan; zengin kısmı fukaradan hatt-ı muvasalayı, geliş-gidişi kesecek derecede uzaklaşmamaları lâzımdır. Bu tabakalar arasında irtibatı temin eden, zekât ve her çeşit İslâmî yardımlaşmalardır. Halbuki zekatın farziyetine, faizin haramiyetine riayet etmediklerinden, tabakalar arası gittikçe gerginleşir, aradaki bağ kopar. Geliş-gidiş kesilir. Bu yüzdendir ki, aşağı tabakadan yu-

karı tabakaya ihtiram, itaat, muhabbet yerine ihtilal sadaları, hased bağırtıları, kin ve nefret vaveylaları yükselir. Aynı şekilde, yüksek tabakadan aşağı tabakaya merhamet, ihsan, taltif yerine zulüm ateşleri, tahakkümler, şimşek gibi tahkirler yağar.

Maalesef, üst tabakaya ait meziyetler, tevâzu ve merhamete sebep olacakken, kibir ve gurura sebep oluyor. Fakirlerdeki acizlik ve fakirlik, ihsan, ikram ve merhameti gerektirirken esaret ve sefaleti netice veriyor. İşte dünya devletleri ve insanlar önümüzde!... İstediğin kadar misâlleri ve şahidleri var.

Netice olarak: Tabakalar arasında sağlam bir bağın kurulup, anlaşma ve sulhun temin edilerek güzel münasebetlerin tesis edilmesi ancak ve ancak İslâmî esaslardan olan zekât ve zekâtın yavruları olan sadaka ve teberruların toplum hayatında yüksek bir düstur edinilmesiyle olur.

2. Malı stok etmek ve dondurmak, mal için sağlam bir tutum değildir. Aksine, onu çalıştırmak gereklidir. Zekât, tatbikat olarak bunu düzenlemektedir. Çünkü sermaye sahibi sermayesini çalıştırmaktan alıkoyacak olursa bu sermaye her sene kırkta bir miktarında zekât verile verile azalacak ve neticede cılızlaşıp yok olacaktır. Zekât kârdan alınan bir vergi değil, bilakis sermayeden alınan bir haktır.

Bu durumda sermaye sahibi sermayesini korumak isterse onu çalıştırmak ve çoğaltmak mecburiyetinde kalacaktır. Bunun için, zekât müessesesi, sermayeyi daimi bir hareketlilik içerisine sürükler. Tevbe sûresinin 34 ve 35. âyetlerinde şöyle buyurulmaktadır: "Altın ve gümüşü yığıp da onları Allah yolunda sarfetmeyenler var ya, işte onlara acı bir azabı müjdele! O gün cehennem ateşinde bunların üzeri ısıtılır (pullanır); bunlarla, onların alınları, yanları ve sırtları dağlanır. İşte nefisleriniz için yığdıklarınız. Yığdıklarınızı tadın!" denir. Haşir sûresinin 7. âyetinde ise: "Ta ki (o mallar), içinizden yalnız zenginler arasında dolaşan birşey olmasın" buyurulmaktadır.

3. Sermaye, sırf sermaye olduğu için kazanç hakkına sahip değildir. Aksine sırf sermaye oluşu sebebiyle sahibinden başkasının onda hakkı vardır. “Onların mallarında sâil ve yoksul için bir hak vardır” (Zariyat,19). Onun için ancak zarar ve ziyana katılmayı kabul etmekle kazanç getirmeye hak kazanır. Meselâ: Mudârebe ortaklığında yani birinden sermaye, diğerinden iş olmak üzere meydana getirilen ortaklık şeklinde, sermaye sahibi, sermayenin tamamen kaybedilmesine karşılık kazancı hak eder. Sermayenin iş görebileceği her durum, aynı hükümleri taşır.

4. “‘Ve’l-âmiline aleyhâ’ yani zekât verileceklerin bir kısmı da zekât toplayan memurlar” (Tevbe, 60) âyetinin ifadesi, zekât işleriyle uğraşacak müstakil bir teşkilat kurmak İslâm Devletinin vazifesi olduğunu anlatmaktadır. Ayrıca bu teşkilatın ve teşkilatta çalışanların nafakaları da zekâttan olacaktır. Devlet, zekâtın her türlüsünü toplamayı ve gerekli yerlere dağıtmayı üzerine alacaktır. İslâmiyet, zekâtı toplama mevzuunda devlete geniş bir salahiyet tanımıştır. Öyleki, zekâtı vermeyenler kuvvetli bir grup ise bu davranışlarından dolayı kendilerine savaş açılır. Hz. Ebu Bekir (r.a.) devrinde zekât vermeyenlerle savaşa girişilmiştir. Yani bu mesele vicdanlara bırakılmamıştır. Zekâtını devlete ödemeyenlerin malından bir kısmını müsadere etme salahiyeti devlete verilmiştir. Hadîs-i şerifte: “Kim hayrını umarak zekâtını verirse sevabı onundur. Ama kim onu vermekten çekinirse biz onu zorla alırız ve onun malının bir kısmı Allah’ın emrettiği haklardan biridir. Muhammed’in soyundan gelenlere ondan bir şey helâl olmaz.”

Evet İslâmiyet, zekâtı toplayıp Kur’ân-ı Kerim’de geçen dağıtılacak yerlere (Tevbe, 60) dağıtma muamelesini devlete bırakmıştır. Eğer fertlere bırakılsaydı bazı mahzurları olabilirdi. Bunlar da:

a) İnsanlardan bazılarının vicdanları, dünyalık menfaat ve lezzetlerin sevgisiyle paslanıp ölebilir. En azından hastalanabilir

ve bu yüzden zekâtı vermek istemeyebilir. İşte fakirin hakkını bu gibi kimselere bırakmak doğru değildir.

b) Fakir, hakkını zenginden değil de devletten alırsa, şeref ve izzetini korumuş olur. Böylece fakir zengine karşı yüz suyunu dökmemiş ve haysiyetini dilenmekle zedelememiş olur.

c) Bu işi fertlere bırakmak karışıklığa yol açabilir. Olabilir ki, birçok zengin zekâtını aynı fakire verir de daha muhtaç durumda olanlara kimse birşey vermez.

d) Zekâtın dağıtılacağı yerler sadece fakirler, yoksullar ve yolda kalmışlar değildir. Zekâtın harcanacağı yerlerden biri de müslümanların amme menfaatıdır ki, bu menfaatı fertler takdir edemez. Bu, hükûmet ve şûrâ ehlinin işidir. Kalbleri İslâm'a ısındırmak, Allah (c.c.) yolunda cihad için hazırlıklarda bulunmak ve İslâmiyet'i her tarafa duyurabilmek için heyetler düzenlemek gibi faaliyetler ancak devlet tarafından yürütülmesi mümkün olan faaliyetlerdir.

İşte bütün bunlar için devlet zekât gelirlerini özel bir fonda, bir bütçede toplamalıdır. Bu bütçe, çeşitli yerlere harcamak için hazırlanan devletin diğer bütçesine eklenmemelidir.

Böylece kimse köprü altına terkedilmeyecektir. Hırsızlık yolları kapatılacak, cemiyete düşman olabilecek kişilere el uzatılacak ve onların o toplumun insanı olduğu hissettirilecek, topluma kazanılacaktır. Bu, anarşiye giden yolu da kapatmış olacaktır.

Bu bakımdan zekât vermeyenlere şiddet gösterilmiştir. Buhari Ebu Hureyre'den rivayet ediyor. Peygamberimiz (s.a.s.) şöyle buyuruyor: "Allah, kime mal verir de o kimse de zekâtını vermezse, o mal, kıyamet gününde gözlerinin üstünde iki siyah beneği olan kel bir yılana çevrilir. O şahsın boynuna dolanır. Sonra iki avurdundan yapışır. -Ben senin malınım, senin hazinenim!" der. Peygamberimiz (s.a.s.) bunu söyledikten sonra şu âyeti okumuştur: "Allah'ın fazl-u kereminden kendilerine verdi-

ğini vermekte cimrilik edenler, katiyyen bunun kendileri için bir hayır olduğunu sanmasınlar. Bilakis bu, onlar için kötü birşeydir. Onların cimrilik ettikleri şey, kıyamet gününde boyunlarına dolanacaktır" (Âl-i İmran, 180).

Dünyevî ceza olarak da Peygamberimiz (s.a.s.) şöyle buyuruyor: "Zekât vermeyen kavîmleri, Allah mutlaka kıtlık ve açlıkla mübtela kılar" (İbn-i Mace, Bezzar ve Beyhaki).

Başka bir hadîste şöyle buyrulur: "Mallarının zekâtını vermezlerse, göğün yağmurundan mahrum kalırlar. Hayvanlar olmasaydı üzerlerine yağmur yağmazdı" (Bezzar ve Beyhaki). Ayrıca bir hadîste de: "Bir mala zekât karıştı mı yani bir malın zekâtı ayrılıp verilmedi mi, onu bozar" (Ebu Davud, Neseî ve Ahmed) buyrulmuştur ki, zekâtı verilmeyen malı Allah mahveder demektir.

5. Kitap, Sünnet ve İcma-i Ümmet'le farziyet'î kati olan zekâtın çok hikmetleri vardır:

a) Zekât vermek; zayıflara yardım etmek, darda kalmış kimseyi kurtarmak, âcizi Allah'ın kendisine farz kıldığı itikad ve ibadetleri eda etmeye imkân vermek ve onu takviye etmek demektir.

b) Zekât, zekât verenin nefsini günah kirlerinden arındırır; cömertlik ve keremle ahlâklanmakla, cimrilik ve pintiliği bırakmakla ahlâkını temizler. Çünkü, nefis mal bakımından cimrilik edecek şekilde yaratılmıştır. Bu vesile ile müsamahalı olma vasfını kazanır, emanetleri yerine teslim etmek ve hakkı hak sahibine ulaştırmak bakımından alışkanlık kazanmış olur. Çünkü Cenâb-ı Hakk şöyle buyurmaktadır: "Onların mallarından sadaka al ki, bununla onları günahlarından temizlemiş, hasenatlarını bereketlendirmiş, kendilerini de muhlisler mertebesine yükseltmiş olasın" (Tevbe, 103).

c) Cenâb-ı Hakk, zenginlere ihsanda bulunmuş, çeşitli nimetlerle, aslî ihtiyaçlarından fazla mallarda onları fazl u keremine kavuşturmuştur. Böylece tatlı bir hayat yaşar ve Allah'ın nimetlerinden faydalanırlar. Nimete şükür farzdır. İşte zekat, nimete bir şükürdür.

6. Zekât, her şahıs için berekete sebep olduğu gibi belaları da def edicidir. Zekâtı vermeyenin herhalde elinden zekât kadar bir mal çıkacak ve lüzumsuz yerlere verecektir; ya bir musibet gelip alacaktır.

Bir büyüğümüz gördüğü enteresan bir rüyayı şöyle anlatıyor: "Hakikatlı bir rüyada, Birinci Dünya Savaşının beşinci senesinde, acaib bir rüyada benden soruldu:

-Müslümanlara gelen bu açlık, mâlî zayiat ve bedenî meşakkat nedendir? Rüyada demiştim:

-Cenâb-ı Hakk, her sene taze verdiği buğday gibi tarladan kalkan mallardan onda birini, ticarî mallardan kırkta birini bizden istedi; ta fukaraların dualarını kazandırsın, kin ve hasedlerini men etsin. Biz hırsımız için tamahkârlık edip vermedik. Cenâb-ı Hakk, birikip yığılmış zekâtın kırkta otuzunu; onda sekizini aldı. Hem her senede yalnız bir ayda yetmiş hikmetli bir açlık bizden istedi. Biz nefsimize acıdık; geçici ve lezzetli bir açlığı çekmedik. Cenâb-ı Hakk, ceza olarak yetmiş cihetle belâlı bir nevi orucu beş sene cebren bize tutturdu... Hem yirmi dört saatte bir tek saati, hoş ve ulvî, nuranî ve faydalı bir nevi talim için bizden istedi. Biz tembellik edip, o namazı ve niyazı yerine getirmedik. O tek saati diğer saatlere katarak zayi ettik. Cenâb-ı Hakk, onun keffareti olarak beş sene talim ve talimat ve koşturmakla bize bir nevi namaz kıldırdı!" demiştim.

Değil yalnız şahıslarda ve hususi cemaatlerde, belki bütün insanlığın hayatının saadeti için en mühim bir esas, belki insan hayatının devamı için en mühim bir direk zekâttır. Çünkü insanlarda, havas ve avam (üst ve alt diye) iki tabaka var. Havastan

avama merhamet ve ihsan; avamdan havasa karşı da hürmet ve itaati temin edecek, zekâttır. Yoksa yukarıdan avamın başına zulüm ve tahakküm iner; avamdan zenginlere karşı kin ve isyan çıkar. İnsanlığın iki tabakası daimi bir manevî mücadelede, bir ihtilaf keşmekeşinde bulunur. Gele gele ta Rusya'da olduğu gibi, emek-sermaye mücadelesi suretinde boğuşmaya başlar...

7. Zekât ve sadakanın layık oldukları mevkilerini bulmak için birkaç şart vardır:

a) Sadakayı vermekte israf olmaması.

b) Başkasından alıp başkasına vermek suretiyle halkın malından olmayıp kendi malından olması.

c) Minnet edip başa kakarak ihsan ve in'amın bozulmaması.

d) Fakir olmak korkusundan sadakanın terkedilmemesi.

e) Sadakanın yalnız mala ve paraya münhasır olmadığı bilinmesiyle ilim, fikir, kuvvet ve amel gibi şeylerde de, muhtaç olanlara sadakanın verilmesi.

f) Sadakayı alan adam, o sadakayı sefahette değil, zaruri ihtiyaçlarında sarfetmesi lazımdır.

Kur'ân-ı Kerim bu şartları, bu nükteleri insanlara ifade etmek için Bakara sûresinin üçüncü âyetinde: "Zekât verirler" veya "sadaka verirler" veyahut "Zekâtı verirler" gibi veciz bir ifadeyle değil de: "Kendilerine verdiğimiz rızıktan (Allah rızası için) harcarlar" gibi itnablı (lüzumlu ve mânâlı bir uzatma ile) ifade etmiştir. Çünkü:

1) Âyette geçen ve teb'iz mânâsını yani birşeyin bir parçacığını ifade eden "min" harfi israfın reddine...

2) Kaideye uygun olarak mefulün takdiminden doğan hasr, sadakanın kendi malından olduğuna...

3) (Razakna) yani “Biz rızık verdik” ifadesi, minnet ve başa kakmanın olmamasına... Çünkü veren Allah’tır; kul ise bir vasıtadır, bir tevziat memurudur.

4) Rızkın Allah’a isnad edilmesi, fakirlikten korkulmamasına.

5) Rızkın umumi ve mutlak olarak zikredilmesi, sadakanın ilim ve fikir gibi şeylere de şamil olduğuna.

6) (Yünfikun)daki nafaka maddesi, alan kişinin, zekat ve sadakayı sefahate değil, zaruri ihtiyaçlarına sarfetmesine işaretlerdir. Zaten başka âyetlerde bunlar ayrıca ele alınmıştır. Meselâ: “Onlar infak ettikleri, harcadıkları zaman, ne israf ederler, ne de cimrilik ederler, (harcamaları) bu ikisinin arasında dengeli olur” (Furkan, 67). “Seninle akrabalığı olana, yoksula ve yolcuya hakkını ver. Malını gereksiz yere saçıp savurma. Çünkü saçıp savuranlar, şeytanın kardeşleri olmuşlardır. Şeytan ise, Rabbine karşı çok nankördür” (İsra,26-27). “Mallarını Allah yolunda harcayanların durumu, her başağında yüz dane olmak üzere yedi başak veren bir danenin durumu gibidir. Allah dilediğine kat kat verir. Allah’ın (lütfu) geniştir. (O) bilendir. Mallarını Allah yolunda verip de sonra verdiklerinin ardından başa kakmayan ve eziyet etmeyenlerin, Rabb’leri katında mükafaatları vardır. Onlara korku yoktur ve onlar üzülmeyeceklerdir. Güzel bir söz (söylemek) ve affetmek, peşinden eziyet gelen (başa kakılan) sadakadan iyidir. Allah, Ganîdir, Halîmdir. Ey iman edenler! İnsanlara gösteriş için malını verip Allah’a ve Ahiret gününe inanmayan adam gibi, başa kakmak ve eziyet etmekle sadakalarınızı boşa çıkarmayın. Onun durumu, üzerinde biraz toprak bulunan şu kayaya benzer ki, şiddetli bir sağnak indi de (üstündeki toprağı silip süpürerek) onu sert bir taş halinde bıraktı. (Böyleleri), kazandıklarından birşey elde edemezler. Allah kâfir kavmi doğru yola iletmez. Allah rızasını kazanmak ve ruhlarındakini (imanı) kökleştirmek için mallarını harcayanların durumu da tepe

üzerinde bulunan bir bahçeye benzer ki, bol yağmur değince mahsulünü iki kat verdi. Yağmur değmeseydi bile çisinti olurdu. Allah yaptıklarınızı görmektedir. Biriniz ister mi ki, kendisinin alt tarafından ırmaklar akan, içinde her çeşit meyvesi bulunan, hurmalardan ve üzümlerden oluşmuş bir bahçesi olsun; (fakat) kendi üstüne tam ihtiyarlık çökmüş, (bakıma muhtaç) aciz ve küçük çocukları da var iken, birden ateşli bir kasırga gelsin de bahçeyi yakıp kül etsin? Allah, düşünesiniz diye size âyetlerini böyle beyan ediyor" (Bakara, 261-266).

"Şeytan sizi fakirlikle korkutur, (fakir düşeceğinizi söyleyerek sadaka vermekten geri kalmanızı ister) ve size çirkin şeyleri yapmayı emreder. Allah ise size kendi tarafından bağışlanma ve lütuf va'dediyor. Şüphesiz Allah('ın lütfu) geniştir, (O) bilendir" (Bakara, 268).

"Allah'ın, sizi başına diktiği mallarınızı, sefihlere, aklı ermezlere vermeyin; o mallarla onları besleyin, giydirin ve onlara güzel söz söyleyin" (Nisa, 5).

Bir de şu hususa dikkat edilmesi gerekiyor: Yardımlar, ihsanlar, zekât namına olmazsa, üç zararı var. Bazan da faydasız gider. Çünkü, Allah namına vermediğin için, mânen minnet ediyorsun, biçare fakiri minnet esareti altında bırakıyorsun. Hem makbul olan duasından mahrum kalıyorsun. Hem hakikaten Cenâb-ı Hakk'ın malını kullarına vermek için bir tevziat memuru olduğun halde, kendini mal sahibi zannedip bir küfrân-ı nimet (nankörlük) ediyorsun. Eğer zekât namına versen, Cenâb-ı Hakk namına verdiğin için bir sevab kazanıyorsun; bir şükran-ı nimet gösteriyorsun. O muhtaç adam dahi sana tabasbus etmeye (yaltaklanıp riyakârlık göstermeye) mecbur olmadığı için, izzet-i nefsi kırılmaz ve duası senin hakkında makbul olur. Evet zekât kadar, belki daha ziyade nafile ve ihsan, yahut saîr suretlerde, verip riya ve şöhret gibi minnet ve tezlil (zelil düşürme) gibi zararları kazanmak nerede? Zekât namına o iyilikleri yapıp,

hem farzı eda etmek, hem sevabı, hem ihlası, hem makbul bir duayı kazanmak nerede?...

8. İslâm âleminin tarihinde hiçbir zaman ayaklanan bir açlar ordusu görülmemiştir. Fransız ihtilalinin benzeri bir hâdise yoktur. Ancak İslâmiyet'in ruhundaki merhamet hissinin küllenmesinden sonra, frengi hastalığı gibi frenklerden bize bulaşan içtimaî hastalıklardan sonra bizde de kıpırdanmalar olmuştur.

Cemiyetin mevcudiyet ve bekası için en esaslı şart, koordinasyon dediğimiz ahenktir... Bu da, esas itibariyle muhabbetten ibarettir. Aslında bu bir kâinat nizamıdır. Çünkü kâinatın en küçük parçaları, en nazik cüzleri cazibe ile birbirine tutundurulmuş, bağlanmıştır. Yani ilâhi muhabbetin cansızlara bu çeşit bir tecellisi vardır. Bu muhabbet tecellisiyle, bütün maddi âlemin parçaları umumi cazibe dediğimiz bir kanunla birbirleriyle kenetlenmiştir. Muhabbet tecellisi insanların kalblerinde ayrı, toplumlarda ayrı tecelli eder... Evet bir toplumda bulunan çeşitli zümreler arasında ilk muhabbet, dayanışma ile sağlanır. En fakir cemiyetlerde bile varlığı olanların vereceği kırkta bir "Zekât" veya onda bir "öşür", o topluluğu kendi çapında iktisadî bir düzene sokar. Muhabbet nuru ile her fert birbirinin gönülden dostu olmuş olur.

Sosyal sınıf farklarının vahim ve feci reaksiyonu olan komünizm, İslâm iktisadiyatında zekât ve diğer yardım müesseseleri ile barınamaz hâle getirilmiştir. Netice olarak zengini fakire, fakiri zengine dost kılarak koordine bir cemiyet sağlamanın en sağlam esası zekâttır.

9. İnsan, Allah'ın kendisine lûtfedip ihsan ettiği nimetlerden başka insanlara verdiği zaman:

a) Cimrilik üzerine kurulan nefsinin ve pinti arzuların hilafına hareket etmiş olur. Kötülüğü emreden nefis, arzu ve isteklerinin aksine hareket etmekle terbiyeye alıştırılmış olur.

b) Zekât verilmeyen malda fakirin hakkı olduğundan, içine başkasının hissesi karıştığından bu mal harama bulaşmış olacaktır. Zekâtı verilmekle temizlenmiş ve helâl bir mal olmuş olur. Zekât, zaten lügat mânâsı itibariyle, temizlikle alâkalıdır. Nasıl murdar, pis, mikroplu yiyecekler maddeten insanı hasta ederse helâllığı bozulup haramlaşmış olanları da mânen hasta eder. Ruhî ve içtimaî hastalıklar zekâtsızlık yüzünden başlar. Ruhî olgunluğa ulaşmak, manevî duygu ve cihazlarını pârlatıp hassas hale getirmek için Allah'ın helal ve temiz nimetlerinden beslenmek gerekir. Cemiyetin de huzur ve güveni için buna ihtiyacı vardır.

c) "Sadaka verenin ömrü uzar" hadîs-i şerifinin ifadesine göre bereketli bir hayatın zekâtla alâkası vardır. Yukarıda ele alındığı gibi hasta bir şahıs ve cemiyetin hafakanlarla dolu hayatında zaten bereket olamaz.

d) Veren kişi, şükrane olarak Rabbi'nin rızası yolunda verdiği bu zekâtla yeni nimetlerin zuhuruna yol açmış olur. Çünkü: "Ve Rabbiniz size şöyle bildirmişti:

-Andolsun, şükrederseniz elbette size (nimetimi) artırırım ve eğer nankörlük ederseniz azabım pek çetindir" (İbrahim,7).

e) Zekât veren kimse, kalbinde ve şuur altında bir ferah, bir sevinç ve bir zevk duyarak saadete ermiş, günün dünya tazyiklerinden, maddenin baskısından, kalb kasvetinden sıyrılmış olur. Hatta batı ülkelerinde maddeyle fazla meşgaleden dolayı ruhî bunalımlara uğrayanlara, psikologlar yeni bir tedavi şekli olarak başkalarına maddi yardım yapmayı tavsiye ediyorlar. Cenâb-ı Hakk her iyiliğin ücretini peşin olarak vicdanda manevî bir zevk ve haz olarak duyurur ki, bunu hiçbir maddî lezzetten elde etmek mümkün değildir. Böylece bu hastaların ufukları genişler. Gönülleri sevinçlerle dolar...

4. BÖLÜM

HAC

Hac

Hac ibadetinin hem şahsımıza hem de içtimaî hayatımıza bakan iki yönü vardır: Bilhassa şahsımıza bakan yönü çok mühimdir. Çünkü Hac ibadeti, aslında herkes için külli mertebede bir kulluk, bir ubûdiyettir. Nasıl ki, bir nefer, bayram gibi hususi bir günde, bir vezir, bir paşa gibi padişahın bayramına gider ve lûtfuna mazhar olur. Öyle de: Bir hacı, ne kadar geride avamdan biri de olsa, mertebeler kat etmiş ve külli mertebeye yükselmiş bir veli gibi bütün arzın Rabb-i Azimi ünvanıyla Rabbine yönelmiştir. Külli bir ubûdiyet ile müşerreftir. Elbette hac anahtarı ile açılan külli Rubûbiyet mertebeleri ve hac dürbünü ile nazarına görünen ilâhi azametin ufukları ve haccın şeariyle (ihrama bürünmüş binlerce ayrı ayrı ırktan çeşitli seviyelerdeki mü'minlerin "Lebbeyk, Allahümme Lebbeyk!..." sadaları ile kalbine ve hayaline gittikçe genişlenen ubûdiyet ve kulluk dairelerini, kibriya mertebelerinin ve tecelliyat ufkunun verdiği hararet, hayret ve dehşet ve heybet-i Rububiyet "Allahu Ekber, Allahu Ekber!..." ile teskin edilebilir. Ve onunla, o mertaib-i münkeşife-i meşhude veya mutasavvire (yani Haccını eda eden mü'minin kalb ve gözüne keşf olup açılan ve görünen veya hayal ve tasavvuruna gelip beliren mertebeler) ilân edilebilir. Hacdan sonra şu mânâ,

ulvî ve külli muhtelif derecelerde bayram namazında, yağmur namazında, ay veya güneş tutulduğu zaman kılınan husuf ve küsuf namazında, cemaatle kılınan namazda bulunur. İşte şeair-i İslâmiyye'nin velev sünnet kabilinden dahi olsa ehemmiyeti şu sırdandır.[21]

İkinci yönü müslümanların içtimaî, siyasî ve iktisadî yaşayışı ile alâkalıdır. Büyük bir maslahatı gerektiren dünya çapında müslümanlar arası bir kongredir. Bu mevzuda dikkatimizi çeken hususlara bazı işaretlerde bulunalım:

1. İslâmiyetin doğup yayıldığı, serpilip geliştiği bu mübarek topraklara gitmekle, Resûlullah (s.a.s.) ve şanlı Ashabı'nın canlı mücadeleleri gönüllerimizde bir yenileme ve İslâmî yaşayışımızda bir tazelenmeyi netice verecektir. Binlerce mukaddes hatıranın hazinesi ve Habibullah (s.a.s.)'ın kokusu sinmiş o beldenin her karış toprağında değişik bir âlemin gizli esrarı mevcuddur. Nebiler fışkıran o topraklarda ölü gönüller ihya olacak, mü'minler yepyeni bir şevk ve neşve ile dolacaktır.

2. Kur'ân ifadelerinin pratikte canlı bir şekilde tefsir edilişi hacla mümkündür. "...Bir zamanlar İbrahim'e Beyt'in (Ka'be' nin) yerini açıklamış ve (ve ona şöyle emretmiş)tik:

- Bana hiçbir şeyi ortak koşma ve tavaf edenler, ayakta duranlar, rüku ve secde edenler için evimi temizle. İnsanlar içinde haccı ilan et; gerek yaya, gerek uzak yollardan gelen yorgun develer üzerinde sana gelsinler, (gelsinler) ki kendileri için birtakım faydalara şahid olsunlar ve (Allah'ın) kendilerine rızık olarak verdiği hayvanlar üzerine belli günlerde (onlara kurban ederken) Allah'ın adını ansınlar. Onlardan yeyin, sıkıntı içinde bulunan fakire de yedirin, sonra (bıyıklarını, tırnaklarını kesmek, sâir temizlik gereklerini yapmak suretiyle) kirlerini gidersinler, adaklarını yerine getirsinler ve Beyt-i Atik (Kâbe'yi) tavaf

21) Not: Şeair-i İslâmiyye: İslâmi âdetler, alâmetler, işaretler ve kaideler demektir. Ezan okumak, İslâmî kıyafet, Hac için hazırlanan nişanlı kurbanlar, Safa, Merve, Mina ve Arafat gibi hac ibadetinin eda edileceği yerler bunlardandır.

etsinler" (Hac, 27-29). Zaman ve zemini canlı birer sayfa gibi göz önüne getiren bu âyetler nazarımızı asırlar öncesine götürüyor: Hz. İbrahim (as) Ebu Kubeys dağına çıkıyor: "Ey insanlar! Rabbinizin evini haccedin!" diye bağırıyor. Allah onun sesini henüz daha baba ve analarının bel ve rahimlerinde bulunan herkese duyuruyor... Asırlar sonra Peygamber Efendimiz (s.a.s.) "Veda Haccı"nda da âyetin gereği olan haccı insanlara duyuruyor... İşte bu davetler, zamanı gelip uyanan tohumlar, fidanlar gibi insanların gönüllerinde filizlenip boy atıyor... O İlâhî ikazların arzu ve iştiyakı ile mü'minler de o seslerin geldiği tarafa yöneliyor ve Cenâb-ı Hakk'ın hacla ilgili emirlerine bilfiil boyun büküp bel kırıyorlar...

3. Kitleler psikolojisi açısından ele alındığında insanın apayrı bir yönü ortaya çıkar. İnsan fıtraten medeni olduğu için, kitlevi bir yanı da vardır. Bu tarafının tatmin edilmesi gerekir. Yani ben inanç ve anlayışımda yalnız değilim. Benim imanımı takviye eden bu kadar deliller var. Dünyanın dört bucağından gelmiş, ayrı ayrı dilleri konuşan, ayrı ayrı renkten, komutanından erine, devlet başkanından halkına varıncaya kadar aynı inancı paylaşan bu kadar insan, bembeyaz ihramlar içinde aynı zikri beraber yapıyor, Kâbe karşısında hepsi de aynı huşû ve huzur içerisinde... İşte bütün bunlar kitlevî yönümüzü iliklerimize kadar takviye eder. İmanımız sadece kendimize, kendi bulduğumuz ve duyduğumuz delillere münhasır kalmaz, Hacca gelenler sayısınca sanki kuvvet kazanıp pekleşir.

İşte bu sırrı keşfedenler, kendi davalarına bağlılarla beş on kişi olunca hemen miting ve gösteriye kalkışıyorlar. Kendi anlayışlarında bağlılıklarını arttırmak, kuvvetlerini sağlamlaştırmak, inançlarını perçinlemek istiyorlar. Batıl dahi olsa dünyevi davalarda böyle olursa, bunun hak davada nasıl olması gerekir düşünmeliyiz. Dikkat edilirse insanın hiçbir yönünü ihmal etmeyen İslâmiyet, beş vakit namazın cemaatle kılınmasını isti-

yor. Mutlaka haftada büyük bir topluluk halinde biraraya gelmemizi şart kılarak cuma namazını apayrı bir farz olarak ele alıyor. Senede iki defa bayram namazlarında da müslümanları daha geniş biçimde yan yana bir çizgide topluyor. Hacda ise bu durum zirve noktaya yükseliyor.

4. Bütün müslümanların kardeş olduğunu ilan eden Kur'ân bu kardeşliği dünya çapında bir toplantıda fiiliyata hac vasıtası ile ortaya döküyor. Bu büyük kongrede bütün meselelerimizin görüşülmesi lâzım. Aramızda çıkan anlaşmazlıklar bu vesile ile düzeltilecektir. Nasıl düzeltileceği de bize talim ediliyor: "Eğer mü'minlerden iki grup savaşıp vuruşurlarsa, onların arasını düzeltin; şayet biri ötekine saldırırsa Allah'ın buyruğuna dönünceye kadar saldıran tarafla vuruşun. (Allah buyruğuna) dönerse artık adaletle onların arasını düzeltin ve (her hususta) âdil olun. Allah, adalet (le hareket edenleri sever). Muhakkak mü'minler kardeştirler. Kardeşlerinizin arasını düzeltin ve Allah'tan korkun ki, size rahmet edilsin" (Hucurat, 9-10).

5. Irk, renk ve vatana bakılmaksızın müslümanlar arasındaki imani râbıtanın kuvvetini ortaya koyarak, İslâmî birliği sağlamak hacda biraraya gelmekle olacaktır. Çünkü dünyanın her tarafından gelen her bir müslüman hac ibadetini edâ ederken anlayacaktır ki; "Hepimizin de yaradanımız bir, Mâlikimiz bir, Mâbudumuz bir, Râzıkımız bir... Bir bir, bine kadar bir bir... Hem Peygamberimiz bir, dinimiz bir, kıblemiz bir... Bir bir... Yüze kadar bir bir. Bu kadar birlikler, ittihad ve ittifakı, muhabbet ve kardeşliği gerektiriyor. Evet bütün bunlar, kâinatı ve küreleri birbirine bağlayacak manevi zincirler hükmünde, ferd ferd ve ülkeler halinde İslâm âleminin birlik râbıtalarıdır!" Hac, böylece İslâm kardeşliğinin pratiğe aktarılmasını sağlar. Evet hacda, her müslümanın dünyanın her yerinden gelen bütün müslümanların kardeşi olduğu öylece pratiğe aktarılmış olur (Mal-

colm X'i bile önceki yanlış anlayışlarından kurtarıp temizleyen, hacdan gördüğü durumlar olmuştur).

6. Hac, müslüman milletler arasındaki eşitliğin pratiğe aktarılmasıdır. Çünkü, bütün müslümanlar, zengin-fakir, tahsilli-tahsilsiz, hoca-talebe, komutan-er, idare edenler ve edilenler hepsi de elbiselerinden soyunup beyaz ihramlara büründükleri gibi bütün dünyevi rütbelerden tamamen sıyrılarak diğer müslüman kardeşleriyle aynı seviyeye geliyorlar, artık onları birbirinden tefrik edip seçmek mümkün olmuyor... Tıpkı beyaz kefene sarılırken olduğu gibi ve mahşerde mezarlardan kalkarken olacağı gibi...

7. Cenâb-ı Hakk Hucurât sûresinin 13. âyetinde “Ey insanlar, biz sizi bir erkek ve bir dişiden yarattık; ‘birbirinizi tanımanız ve birbirinizle tanışmanız’ için sizi milletlere ve kabilelere ayırdık. Allah yanında en üstün olanınız en çok takva sahibi olanınızdır (Allah'ın emirleri dışına çıkmaktan en çok korunanınızdır). Muhakkak Allah Alîm, Habir'dir” buyuruyor. Yani sizi tâife tâife, millet millet, kabile kabile yarattım, tâ birbirinizi tanıyıp tanışasınız, birbirinizdeki içtimâî hayata ait münasebetlerinizi bilesiniz, birbirinize yardım edesiniz. Yoksa sizi kabile kabile yapmaktan maksadım; yekdiğerinize karşı inkâr ile yabanî bakasınız, husûmet ve düşmanlık yapasınız diye değildir.

Şu âyet-i kerimenin işaret ettiği: “teâsüf (tanışma) ve teâvün (yardımlaşma) düsturu”nu beyan edecek olursak: Nasıl ki, bir ordu fırkalara (tümenlere), fırkalar alaylara, alaylar taburlara, bölüklere, ta takımlara kadar ayrılır. Tâ ki, her neferin muhtelif ve müteaddid münasebetleri ve o münasebetlere göre vazifeleri tanınsın, bilinsin... Tâ, o ordunun herbir ferdi, yardımlaşma düsturu altında, hakiki, umumi bir vazifeyi görsün ve içtimai hayatları düşmanın hücumundan korunmuş olsun. Yoksa çeşitli kısımlara bölüp ayırma, bir bölük bir bölüğe karşı rekabet etsin, bir tabur bir tabura karşı husûmet besleyip düşmanlık etsin, bir

fırka bir fırkanın aksine hareket etsin diye değildir. Aynen öyle de, bütün Müslümanların toplum yaşayışı, büyük bir ordunun durumu gibidir ki, bu ordu kabilelere ve taifelere ayrılmıştır. Fakat binlerce birleştirici yönleri var. Demek ki, ordunun böyle çeşitli kısımlara ayrılması gibi mü'minlerin de kavim ve kabilelere ayrılması tanışma ve yardımlaşma içindir.

İşte bu tanışma ve kaynaşmanın en güzel bir vasıtası da hac ibadetidir.

8. Hac, bütün Müslümanların, her türlü dünyevî ve uhrevî meselelerinde problemlerini çözecek tek güçlü otoriteyi aralarından seçip çıkarmaları için bir vesiledir. Yekvücud halinde müslümanları organizeli harekete alıştırmanın pratiğe aktarılması hacla olacaktır.

Açıklayacak olursak: "Siz insanlar için çıkarılmış en hayırlı bir ümmet oldunuz. İyiliği emreder, kötülükten men edersiniz" (Al-i İmran, 110). "Böylece sizi orta bir ümmet yaptık ki, insanlara şahid olasınız" (Bakara, 143). "Fitne ortadan kalkıncaya kadar onlarla savaşın" (Bakara, 193) âyetleri, müslümanların yeryüzünde dengeyi kurmakla vazifeli olduklarını gösterir. Daha önce geçtiği üzere Hucurat sûresinin 9. 10. âyetleri müslümanların arasını, gene müslümanların bulması gerektiğini ifade eder. "Biz yeryüzünde Zülkarneyn için sağlam bir mekân ve orada istediği gibi hareket edeceği yönetim hürriyeti hazırladık ve kendisine (muhtaç olduğu) herşeyden bir sebep verdik (ulaşmak istediği herşeye ulaşmanın yolunu, vasıtasını verdik). O da (kendisini batı ülkelerine ulaştıracak) bir yol tuttu. Nihayet güneşin battığı yere ulaşınca, onu, kara balçıklı bir gözede batar buldu. (Güneşin Atlas Okyanusu'na batışını seyretti. Yani Afrika'yı tamamen eline geçirmişti). Onun yanında da bir kavim buldu. Dedik ki "-Ey Zülkarneyn, (Onlara) ya azab edersin veya kendilerine güzel davranırsın. Dedi: -Kim haksızlık ederse, ona azab edeceğiz, sonra o Rabbine döndürülecektir. O da ona görülmemiş

bir azab edecektir. Fakat inanıp iyi iş yapan kimseye de en güzel mükafat vardır. Ona buyruğumuzdan kolay olanı söyleriz (Zor işlere koşmayız onu). Sonra (Zülkarneyn) yine bir yol tuttu. Nihayet güneşin doğduğu yere ulaşınca onu, öyle bir kavim üzerine doğar bulduk ki, onlara güneşin önünden (korunacak) bir siper yapmamıştık. İşte böyle... Onun yanında (daha) nice (hükümranlık) bilgisi (tecrübesi ve vasıtası) bulunduğunu biz biliyorduk. Sonra yine bir yol tuttu. Nihayet iki sed arasına ulaşınca onların önünde hemen hemen hiç söz anlamayan bir kavim buldu. Dediler: -Ey Zülkarneyn! Ye'cüc ve Me'cüc bu yerde bozgunculuk yapıyorlar. Bizimle onların arasına bir sed yapman için sana bir vergi verelim mi? Dedi ki: -Rabb'imin, beni içinde bulundurduğu (mal ve mülk, sizin vereceğinizden) daha hayırlıdır. Siz bana (insan) güc(üy)le yardım edin de sizinle onlar arasına sağlam bir engel yapalım. Bana demir kütleleri getirin. (Zülkarneyn) iki dağın arasını (demir kütleleriyle doldurtup dağlarla) aynı seviyeye getirince: -Üfleyin! dedi.Nihayet o (demir kütleleri)ni bir ateş haline koyduğu zaman: -Getirin bana, üzerine erimiş bakır dökeyim, dedi. Artık (Ye'cüc ve Me'cüc) onu ne aşabildiler, ne de delebildiler" (Kehf, 84-97) âyetleri de müslümanların çok kuvvetli hâle gelip dünya üzerinde adaleti gerçekleştirmek için gayret sarfetmeleri gerektiğini ifade ediyor.

İlây-ı Kelimetullah yani yüce olan Allah adının yüce tutulup bütün cihana yayılması için iman, ahlâk yanında maddeten terakkiye de ihtiyaç var. Yani Zülkarneyn Aleyhisselam gibi müslümanların maddî, manevî bütün imkân ve vasıtaları ellerinde bulundurmaları gerekiyor. Bu da dünyayı sömürmek, insanları köle yapmak için değil; bilakis başta kendi vatanlarını her türlü tecavüzden koruduktan sonra bütün müslümanların hatta hangi ırk ve dinden olursa olsun zulme uğramış bütün insanların haklarını koruyup dünyada dengeyi sağlamak, böylece insanlığı İslâmiyet'in himayesi altına alıp onun güzelliklerini göstermek,

diğer insanların da kendi istek ve arzuları ile müslüman olmalarını sağlamak için... Gayretkâr ve talancı ye'cüc ve me'cüce karşı mazlumları korumak için yaptığı sedden dolayı bir ücret bile almayan Zülkarneyn (as) buna çok güzel bir misâldir. İşte bu gayenin tahakkuku için, her sene bütün müslümanların muazzam bir organize içinde bir araya gelerek bütün meseleleri mütalaa etmeleri ve bu mevzuda maddî, mânevî bütün güçlerini Allah rızası için birleştirmeleri gerekmektedir. İşte buna en güzel vesile hac ibadetidir. İslâm âleminde tomurcuklanan uyanış şuuru, gelecek günlerde çok güzel meyveler verecektir. İslâm'ın tahsile giden evladlarından Hindistan-Pakistan İslâm'ın birer kabiliyetli evladı, Mısır İslâm'ın zeki mahdumu, Kafkas ve Türkistan İslâm'ın iki bahadır oğullarıdır. Şu asilzâde evladlar şehâdetnamelerini aldıktan sonra, herbiri bir kıtanın başına geçecek, muhteşem âdil pederleri olan İslâmiyet'in bayrağını ufuklarda dalgalandırmakla kader-i ezelînin nazarında feleğin inadına, insanlardaki ezelî hikmetin sırrını ilan edeceklerdir.

9. Hac, müslümanlar için bir mektebtir. Bu mektebte sabır ve gayret öğretilir. Devamlı bir ibadet içinde, nefsanî meyil ve istekler gemlenerek müslüman kardeşlere karşı daha nazik ve daha yumuşak davranmayı bu hac mektebi öğretir. Bu yolculukta, karşılıksız mal harcama, Allah için herşeyini feda etme duygusu aşılanır. İyiler ve kötüler, sembolleştirilip müşahhas hale getirilerek Allah'ın dostları ve düşmanları göz önüne getirilir. Şeytan taşlanırken, Kâbe tavaf edilirken, Medine ziyaret edilirken, Hacer'ül-esved selâmlanırken hep bu mânâlar silinmez nakışlar halinde kalp ve kafamızda, iç dünyamızın derinliklerine işlenecektir.

10. Müslümanların kalplerinde pek çok güzel duygular hac vasıtası ile canlanacaktır... İlk müslümanların vahyin ilk çarpıcı güzelliğine kapıldıkları ve Kur'ân'ın birer canlı Tefsiri olarak insanlığa unutulmaz hârika hatıraları bıraktıkları o topraklarda,

bütün bunlar tekrar gözlerde ve gönüllerde dirilecek ve müslüman hacılara numûne-i imtisal olacaktır.

11. Hac, ebedîleşen ilâhi hatıraların hatırlanmasıdır. Tek başına bir ümmet olan Hz. İbrahim ve Oğlu İsmail'in ibretli hayatlarını, Son Nebî Muhammed Aleyhissalâtü vesselâm'ın göklerdekileri temâşasına celbeden yaşayışının şeref levhalarını, bu mukaddes topraklarda yaşayan ilk müslüman sahâbelerin imanları uğruna çektiklerini, tablo tablo gözlerimiz önüne hac ibadeti sergileyecektir. Allah rızası uğruna hiçbir şeye aldırış etmeden kucağında bebeği yollara düşen âileyi, Allah için ruhunu feda eden asil evladı ve evladını Allah'ın emri istikametinde kurban etmeye hazır babayı ve sınırsız bir itaatle Allah'ın emirlerine bağlı bildiği kocasına itaat eden anayı hac münasebetiyle o beldeler bize hatırlatmaktadır.

12. Dünya iktisadiyatının temeli panayırlar ve fuar sistemleridir. Haccın sonsuz hikmetlerinden bir hikmeti olarak bu yönü ele alındığı zaman haccın müslüman ülkeler arasında iktisadî kaynaşma ve gelişmeye bir vesile olacağı da anlaşılır.

Ayrıca araştırmalar göstermiştir ki, petrol ve uranyum kaynakları yanında Hicaz bölgesi çok zengin altın, gümüş ve bakır yataklarına sahiptir. Kıyamete kadar bütün dünyaya yetecek demir rezervleri hüviyetini koruyan bu zengin bölgeye her sene hac ibadeti münasebeti ile toplanan müslümanların karşılıklı çok istifadeleri de olabilir. Sırf petrol açısından bile mesele ele alınsa, dörtte üç üretimi dünya devletleri arasında elde tutma üstünlüğü var... Müslümanların dertleri ile dertlenmek mecburiyetinden dolayı, bütün müslümanların istifadesine açık bir iktisadî işbirliği kurulursa, sıhhatli bir İslâm toplumu ve her hakkını rahat müdafaa edebilecek bir İslâm âlemi bloku doğup, teşekkül edecektir. Cemaate olan İlâhî lütuflar ferde olanlardan çok daha değişiktir. Çünkü "Allah'ın rahmeti cemaat üzerinedir." Evet her hac mevsiminde Allahu Teâlâ'nın, İslâm cemaatına ayrı bir lüt-

fu vardır. İlâhi rıza ve hikmete uygun davranılırsa Allah'ın bu lütufları sayesinde İslâm cemaati refahtan refaha koşacaktır.

13. Bugünün câzip müsbet ilimleri, milletler arasındaki devamlı temaslar ve telâhük-ü efkâr ile ilimler arası yardımlaşmaların ilmî gelişmelere basamak olması ile ilerleyip yayılmışlardır. Asit nitrit gibi, kimya ilminin esas maddesini keşfeden kimyacılarımızın, pandul ve mekaniğin ilk temellerini atan fizikçilerimizin; dünya medeniyetinin temel taşını teşkil eden cebir ilmini keşfeden meşhur riyâziyecimiz Câbir'in ortaya koyduklarını, haccın manevi saltanat sahasındaki bilgileriyle birlikte geniş İslâm ülkelerine yayabilseydik, bütün dünya taş devrinden kurtulamamışken, bizler, füzeleri îmal edecek güce sahip olacaktık. Hac'daki bu derin sır ve hikmetten tam mânâsı ile istifade edemedik. Aslında gerek maddî ilimlerin gerek şer'î ilimlerin, hac münasebetiyle bütün İslâm Âlemi'ne yayılması gerekirdi.

14. Ticarî sahada mal alış kabiliyeti, sürüm imkânları gibi iptidaî şartlar yanında; muayyen iklim ve yaşayış şartlarını doğurduğu ticari ihtiyaçlar, devletlerarası kollektif şirketler ve ajanslar, emeğe göre fiat standardizasyonları, hammadde ve işlenmiş madde fiatlarında en ucuz şart temini gibi modern ticaret kaideleri İslâm Âleminde ancak haccın sağladığı imkânlar ve İslâmi kardeşlik münasebetleriyle mümkün olur. Müslümanlar için bu çok mühim ve büyük bir fırsattır.

Avrupa'nın üzerinde durduğu ortak pazar ve iktisadî güç birliğinin ilerideki neticeleri, ticaretin yüreğini çatlatacak mahiyette kâr ufuklarına yaklaşacaktır. Bu harikulâde incelikleri İslâmiyet, hac emriyle yıllarca evvel lûtfetmiştir.

15. "Seyahat edin sıhhat bulun" kudsî tavsiyesinin bildirdiği üzere hac ibadeti münasebetiyle yapılan seyahatlerde, maddî-manevî pek çok hastalıklardan sıhhat bulma imkânı doğmaktadır.

Çeşitli cemiyetlerin yaşayış ve düşünüş sahalarındaki hataları, bazı kere menfileşen ananevi kötü gelenekleri, aile nizamları, içtimaî fedakârlıkda kusurlar, hac sırasında muhtelif İslâm memleketlerinden gelen temsilcilerle konuşup dostluk kurarak hallolacak mahiyette bir incelik taşır. Sapık bir anlayışta iken, hacca gelerek Ehl-i Sünnet prensiplerini öğrenip kabul eden Malcolm X'in macerası hatıralardan silinmemiştir.

Evet bugün için İslâm Âlemindeki umumi buhranlar, hacda tanışıp koklaşarak dertlerini ortaya dökmemelerinden ve İslâm Âleminin dertlerini derinden ele almayı benimsemeyişlerinden ileri gelmektedir. Maddî ve manevî sahadaki reislerin bu mevzuda mesûliyetleri büyüktür.

Bir İslâm devleti esarete düşebilir. Ve nihayet o belde halkı her türlü kurtuluş imkânlarından tecrid edilebilir. İşte bu durumda, Hac müessesesi, tek beyin gibi düşünen Müslüman kardeşleri zor durumda kalan kardeşleri hakkında îkaz etmekte en sağlam ümid kapısıdır.

Zekât mevzuunu ele alırken bir rüyadan bahsetmiştik. Orada namaz kılmayışımızın, oruç tutmayışımızın ve zekât vermeyişimizin başımıza getirdikleri musibetler sayılıp döküldüğü halde hacdan hiç söz edilmemişti. İşte bunun sebebi de şöyle izah ediliyor: "Rüya Hac'da sükut etti. Çünkü haccın ve hacdaki hikmetlerin ihmal edilmesi, musibeti değil belki ilâhi gazab ve kahrı celbetti. (Musibet aslında günahlara kefarettir ve sevaplara vesiledir. Halbuki gazap ve kahrın durumu öyle değildir.) Cezası da kefaret'üz-zünûb (günahlara kefaret değil); kessâret'üz-zünûb (günahları çoğaltma) olur.

Haccın, bilhassa tanışma ile fikirler açısından yakınlaşıp birlik sağlamayı, yardımlaşma ile teşrik-i mesâiyi (çalışmaları birleştirip ortak hareket etmeyi) içine alan İslâmiyet'in yüce ve yüksek siyasetinin, geniş maslahat ve menfaatlerinin ihmal edilişidir ki, düşmanlara milyonlarca müslümanı yine İslâmiyet ve

müslümanlar aleyhinde kullanmaya imkân verip zemin hazırlamıştır.

– İşte Hind, düşman zannederek farkına varmadan pederini öldürmüş başında oturmuş bağırıyor...

– İşte Tatar, Kafkas, öldürülmesine yardım ettikleri şahsın biçare valideleri olduğunu -ba'de harab'il-Basra (yani iş işten geçtikten sonra) anlıyorlar, ayak ucunda ağlıyorlar.

– İşte Arap, yanlışlıkla kahraman kardeşini öldürmüş, hayretinden ağlamayı da bilmiyor.

– İşte Afrika, biraderini tanımayarak öldürdü. Şimdi vâveyla ediyor.

– İşte Âlem-i İslâm; bayraktar oğlunun gafletle bilmeyerek öldürülmesine yardım eden valide gibi saçlarını çekip ah ve fizâr ediyor...

– Milyonlarla ehl-i İslâm, tamamen hayır olan hac seferine çıkmak yerine tamamen şer olan düşman bayrağı altında uzun seyahatler ettiler... İbret alınız...

Kulluğun Cemaat Tarafından İlanı

Kulluğun (ubûdiyetin) binlerce güzelliklerinden yalnız buna bak ki, Nebi Aleyhissalâtü Vesselâm, ubudiyet cihetiyle mü'minlerin, muvahhidlerin kalplerini bayram, cuma ve cemaat namazlarında biraraya getiriyor. Ve dillerini bir kelimede birleştiriyor. Öyle bir surette ki: Şu insan Cenâb-ı Hakk'ın azametli hitabına, hadsiz kalplerden ve dillerden çıkan sesler duâlar, zikirler ile mukabele ediyor.

O sesler, duâlar, zikirler birbirine tesanüd ederek ve birbirine yardım edip ittifak ederek öyle geniş bir surette Mâbûd-Ezelî'nin Ulûhiyetine karşı bir ubudiyet gösteriyor ki: Güya Küre-i Arz kendisi o zikri söylüyor. O duayı ediyor ve aktarıyla namaz kılıyor. Ve etrafıyla semâvâtın fevkinde izzet ve azametle

nazil olan "Namazı dosdoğru kılınız" (Bakara, 43) emrini Küre-i Arz imtisâl ediyor. Bu sırr-ı ittihat ile, kâinat içinde bir zerre gibi zayıf küçük bir mahluk olan şu insan, ubudiyetin azameti cihetiyle Halık-ı Arz ve Semâvatın mahbub bir kulu ve arzın halifesi, sultanı ve hayvanâtın reisi ve kâinatın yaratılışının neticesi ve gayesi oluyor. Evet, eğer namazların arkasında bilhassa bayram namazlarında bir anda Allahu Ekber diyen yüzer milyon insanların sesleri âlem-i gaybde ittihat ettikleri gibi âlem-i şehâdette dahi birbiriyle ittihat edip, içtimâ etse, Küre-i Arz tamamiyle büyük bir insan olup, azametine nisbeten büyük bir sadâ ile söylediği Allahu Ekber'e müsavi geldiğinden, o muvahhidinin ittihadı ile bir anda Allahu Ekber demeleri Küre-i Arz'ın büyük bir Allahu Ekber'i hükmüne geçiyor.

Âdetâ bayram namazlarında Âlem-i İslâm'ın zikir ve tesbihiyle zemin en büyük zelzeleye mazhar olup, aktar ve etrafıyla Allahu Ekber deyip:

KIBLESİ olan Kâbe-i Mükerreme'nin samimi kalbiyle niyet edip,

MEKKE ağzıyla,

CEBEL-İ ARAFE diliyle Allahu Ekber diyerek o tek kelime, arzın her tarafındaki umum müminlerin mağaraya benzeyen ağızlarındaki havada temessül ediyor. Bir tek Allahu Ekber kelimesinin aksi sadâsiyle hadsiz Allahu Ekber vukû bulduğu gibi, o makbul zikir ve tekbir semâvatı dahi çınlatıp berzah âlemlerine de dalgalanarak sadâ veriyor.

Kâbe'yi Çeviren Halkalar

Namazı vaktin evvelinde kılmak, kılarken Kâbe'yi hayalen nazara almak menduptur. Böylece birbirine giren daireler gibi Kâbe'nin etrafında meydana gelen saflar göz önüne gelmekle yakın saflar Kâbe'yi kuşattıkları gibi, en uzak safların da Âlem-i İslâm'ı kuşatmış olduğu da hayâl ile görülsün. Herbir mü'min o

saflara girmekle o muazzam cemaate dahil olsun ki, o cemaatin icmâ ve tevatürü onun namazda söylediği her davaya ve her bir sözüne kati bir delil olsun. Meselâ, namaz kılan "Elhamdülillah" dediği zaman, sanki o muazzam cemaati teşkil eden bütün mü'minler "Evet doğru söyledin" diye onun o sözünü tasdik ediyorlar. Ve bu tasdikleri hücum eden evham ve vesveselere karşı, manevî bir kalkan vazifesini görür. Ve aynı zamanda bütün duyguları, hasseleri, lâtifeleri o namazdan zevk ve hisselerini alırlar.

Yeryüzü mescidini çeşit çeşit ve muntazam hareketleriyle süsleyen o muazzam cemaatin, satırları andıran saflarının o güzel manzarası, muhafaza edilmek üzere âlem-i misâl sayfasında, ilâhi bir fotografla filme alınmaktadır.

Beş Vakit Namaz ve Kâbe

Bir gül düşünelim. Yaprak yaprak ortasında simsiyah püskülcükler... Gonca halinden açılmış halinde, ondan da tekrar gonca haline yapraklar açılıp kapanarak geçmekteler. Hep taze ve taptaze kalan bu gül gibi şehir ve köylerin anası yani yerin göbeği olan Mekke'nin ortasında siyah peçeli Kâbe... İç içe daireler halinde dünyanın her tarafından saflar dizilmiş... Her an dünya üzerinde beş vakit eksik olmuyor... Bütün müslümanlar içe doğru eğilen gül yaprakları gibi Kâbe'ye doğru yönelerek namazın o narin ve zarif hareketleri ile eğilip bükülüyorlar. Tasavvuru hatta tahayyülü bile doyumsuz bir haz veriyor.

Oturarak Mı, Yoksa Ayakta Mı Çalışmalı?

Fransız Prof. Piere Moulin, diyor ki:

"Çalışırken sürekli olarak ayakta durmak kan dolaşımını bozar ve bacaklarda "Varis" hastalığına sebep olur. Oturarak çalışırsanız ayrıca daha az yorulmuş olursunuz. Ancak, sürekli oturmanın da kan dolaşımı ve sindirim bozukluklarına sebep olabileceğini akıldan çıkarmamak gerekir.

En ideal çalışma şekli, istendiği zaman oturarak, istendiği zaman da ayakta yapılandır. İşin durumu buna, imkân veriyorsa, kişinin böyle değişmeli çalışması en uygun yoldur. Ya elverişli değilse?

Bu arada devamlı oturarak çalışmanın da çok mahzurlu olduğunu ve kalbe zarar verdiğini unutmamak gerek."

Böyle olunca beş vakit namazın sırf bu açıdan dahi ele alınsa ne kadar mühim olduğu anlaşılır.